



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 70" (1 корпус) (ул.
40 лет Победы, 74)

А. В. Степанов

МЕНЮ

на 29.01.2025

МБУ "Школа № 70" (1 корпус) (ул. 40 лет Победы, 74)

Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20209	Мясо прессованное порционное (изд. кул. мясное)	20	2,20	4,00		44,80
		Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное					
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой	170	27,20	15,77	35,19	391,47
		Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное					
	315	Чай без сахара	200				
		Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной))					
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
Итого:			410	30,92	19,93	45,03	483,15
Итого ХЕ:						3,75	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд. кул. мясное)	15	1,65	3,00		33,60
		Мясо прессованное					
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой	170	27,20	15,77	35,19	391,47
		Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное					
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с	200			6,99	27,94
		Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок					
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
Таб №24/96	2521	Десерт фруктовый (груша)	100	0,40	0,30	10,30	45,50
		Груша свежая					
Итого:			505	30,77	19,23	62,32	545,40
Итого ХЕ:						5,19	

Стоимость рациона: 95,46 руб.

Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд. кул. мясное)	15	1,65	3,00		33,60
		Мясо прессованное					
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой	170	27,20	15,77	35,19	391,47
		Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное					
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с	200			6,99	27,94
		Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок					
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
Таб №24/96	2521	Десерт фруктовый (груша)	100	0,40	0,30	10,30	45,50
		Груша свежая					
Итого:			505	30,77	19,23	62,32	545,40
Итого ХЕ:						5,19	

Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд. кул. мясное)	15	1,65	3,00		33,60
		Мясо прессованное					
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой	170	27,20	15,77	35,19	391,47
		Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное					
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с	200			6,99	27,94
		Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок					
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
Таб №24/96	2521	Десерт фруктовый (груша)	100	0,40	0,30	10,30	45,50
		Груша свежая					
Итого:			505	30,77	19,23	62,32	545,40
Итого ХЕ:						5,19	

Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб №24/96	1894	Огурец соленый	30	0,27	0,03	0,57	3,63
		Огурцы соленые					
	132/96	868	Суп из овощей	200	1,66	3,53	9,29
		Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук эсп. укроп петрушка) / Соль йодированная / Паприка					
	403/96	19011	Плов из свинины (свин. лопатка)	30/150	10,39	21,48	39,99
		Рис / Свинина б/к (лопатка) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в ас. / Соль йодированная / Паприка					
	628/96	259	Чай с сахаром	200			14,97
		Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок					
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
		Хлеб пшеничный					
Итого:			650	15,36	25,36	84,50	634,00
Итого ХЕ:						7,04	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	132/96	868	Суп из овощей	200	1,66	3,53	9,29
		Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук эсп. укроп петрушка) / Соль йодированная / Паприка					
	403/96	20425	Плов из свинины (свин. лопатка)	40/150	12,50	28,46	39,99
		Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в ас. / Соль йодированная / Паприка					
	697/97	7820	Компот из ягод замороженной	200	0,26	0,11	25,88
		Вода / Ягоды замороженные (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота					
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Хлеб пшеничный					
Таб №24/96	12996	Десерт фруктовый (апельсин)	120	1,08	0,24	9,72	45,36
		Апельсины свежие					
Итого:			760	19,30	32,74	109,48	809,84
Итого ХЕ:						9,12	

Стоимость рациона: 133,65 руб.

Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	132/96	868	Суп из овощей	200	1,66	3,53	9,29
		Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук эсп. укроп петрушка) / Соль йодированная / Паприка					
	403/96	20425	Плов из свинины (свин. лопатка)	40/150	12,50	28,46	39,99
		Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в ас. / Соль йодированная / Паприка					
	697/97	7820	Компот из ягод замороженной	200	0,26	0,11	25,88
		Вода / Ягоды замороженные (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота					
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Хлеб пшеничный					
Таб №24/96	12996	Десерт фруктовый (апельсин)	120	1,08	0,24	9,72	45,36
		Апельсины свежие					
Итого:			760	19,30	32,74	109,48	809,84
Итого ХЕ:						9,12	

Зав. производством: Мазарыш Ю. А.

Ответственный за питание: /
СанПиН 2.3.7.459-20

Россия, 445044, Самарская область, г. Сызрань, ул. Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru



Согласовано:
Директор МБУ "Школа № 70" (2 корпус)
(ул. 40 лет Победы, 86)

А.В.Степанов

МЕНЮ

на 29.01.2026

МБУ "Школа № 70" (2 корпус) (ул. 40 лет Победы, 86)

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОБЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Мясо прессованное	15	1,65	3,00		33,60
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной))	200				
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			505	30,77	19,33	56,33	522,35
Итого ХЕ:						4,69	

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену, ОБЗ с 1 по 4 класс, обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых, принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	12142	Огурец солёный Огурцы соленные	60	0,53	0,07	1,13	7,27
132/96	868	Суп из овощей Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	1,66	3,53	9,29	75,57
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина блк (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ТТК	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
Итого:			715	19,47	32,68	95,48	760,28
Итого ХЕ:						7,96	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	12142	Огурец солёный Огурцы соленные	60	0,53	0,07	1,13	7,27
132/96	868	Суп из овощей Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	1,66	3,53	9,29	75,57
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина блк (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ТТК	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
Итого:			715	19,47	32,68	95,48	760,28
Итого ХЕ:						7,96	

Стоимость рациона: 114,91 руб.

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОБЗ), для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых, принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	12142	Огурец солёный Огурцы соленные	60	0,53	0,07	1,13	7,27
132/96	868	Суп из овощей Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	1,66	3,53	9,29	75,57
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина блк (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ТТК	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
Итого:			715	19,47	32,68	95,48	760,28
Итого ХЕ:						7,96	

Полдник для обучающихся 1-4 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
606/96	8780	Расстегай с говядиной и рисом Яйцо свежее / Мука в/с / Фарш мясной с рисом (мясо птицы,говядина): (Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Рис / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с) / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	75	10,32	7,92	34,70	251,36
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка) (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Итого:			275	10,32	7,92	49,67	317,54
Итого ХЕ:						4,14	

Зав.производства: Ильмина Татьяна Ивановна

Ответственный за питание: _____

СанПиН 2.3/2.3.6.3580-20

Россия, 445045, Самарская область, г.Сольяны, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru