



## МЕНЮ

на 19.03.2026

МБУ "Школа № 59"

**Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОВЗ 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
Москва 2022г.	20129	Макароны отварные с мясом прессованным и томатом Макароны отварные с мясом прессованным и томатом : (Спагетти (макароны) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр / Томатная паста в асс. / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Чеснок / Соль йодированная)	150	6,17	7,95	32,29	225,40
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	139,00
ПП	13285	Батон в ассортименте Батон	50	3,75	1,45	25,70	130,85
Таб.№24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>16,08</b>	<b>12,84</b>	<b>92,56</b>	<b>550,13</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>7,71</b>	

**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
Москва 2022г.	20129	Макароны отварные с мясом прессованным и томатом Макароны отварные с мясом прессованным и томатом : (Спагетти (макароны) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр / Томатная паста в асс. / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Чеснок / Соль йодированная)	150	6,17	7,95	32,29	225,40
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	139,00
ПП	15288	Батон в ассортименте Батон	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Таб.24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	80	0,32	0,32	7,84	35,52
<b>Итого:</b>			<b>450</b>	<b>13,59</b>	<b>11,85</b>	<b>72,81</b>	<b>452,26</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>6,07</b>	

**Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Москва 2022г.	20129	Макароны отварные с мясом прессованным и томатом Макароны отварные с мясом прессованным и томатом : (Спагетти (макароны) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр / Томатная паста в асс. / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Чеснок / Соль йодированная)	150	6,17	7,95	32,29	225,40
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	139,00
ПП	13285	Батон в ассортименте Батон	50	3,75	1,45	25,70	130,85
Таб.№24/96	12251	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	105	0,42	0,32	10,82	47,84
<b>Итого:</b>			<b>505</b>	<b>15,94</b>	<b>12,72</b>	<b>91,21</b>	<b>543,09</b>
<b>Итого ХЕ:</b>						<b>7,60</b>	

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
Москва 2022г.	20129	Макароны отварные с мясом прессованным и томатом Макароны отварные с мясом прессованным и томатом : (Спагетти (макароны) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр / Томатная паста в асс. / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Чеснок / Соль йодированная)	150	6,17	7,95	32,29	225,40
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	139,00

ПП	13285	Батон в ассортименте Батон	50	3,75	1,45	25,70	130,85
Таб.№24/96	12251	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	105	0,42	0,32	10,82	47,84

**Итого: 505 15,94 12,72 91,21 543,09**  
**Итого ХЕ: 7,60**

**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
Москва 2022г.	20129	Макароны отварные с мясом прессованным и томатом Макароны отварные с мясом прессованным и томатом : (Спагетти (макароны) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр / Томатная паста в асс. / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Чеснок / Соль йодированная)	150	6,17	7,95	32,29	225,40
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	139,00
ПП	13285	Батон в ассортименте Батон	50	3,75	1,45	25,70	130,85
Таб.№24/96	12251	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	105	0,42	0,32	10,82	47,84

**Итого: 505 15,94 12,72 91,21 543,09**  
**Итого ХЕ: 7,60**

**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
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина б/к (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
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	0,53	0,07	1,13	7,27
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженная / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	7153	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные	30	2,55	1,91	18,77	102,47

**Итого: 715 19,88 34,88 100,87 796,94**  
**Итого ХЕ: 8,41**

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
403/96	19911	Плов из свинины (свин.лопатка) Рис / Свинина б/к (лопатка) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	30/150	10,39	21,48	39,99	394,86
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженная / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ТТК	175	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,25	3,19	31,17	170,39

**Итого: 675 19,70 29,19 117,06 809,72**  
**Итого ХЕ: 9,76**

**Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4 класс**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина б/к (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
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	0,53	0,07	1,13	7,27
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженная / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	7153	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные	30	2,55	1,91	18,77	102,47

**Итого: 715 19,88 34,88 100,87 796,94**

**Итого ХЕ: 8,41**

**Стоимость рациона: 114,91 руб.**

**Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина б/к (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
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	0,53	0,07	1,13	7,27
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженная / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	175	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,25	3,19	31,17	170,39
Таб.№24/96	8495	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	80	0,64	0,16	6,00	28,00

**Итого: 815 22,22 36,32 119,27 892,86**

**Итого ХЕ: 9,94**

**Стоимость рациона: 133,65 руб.**

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина б/к (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
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	0,53	0,07	1,13	7,27
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженная / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	175	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,25	3,19	31,17	170,39

Таб.№24/96	8495	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	80	0,64	0,16	6,00	28,00
------------	------	---	----	------	------	------	-------

**Итого:** 815 22,22 36,32 119,27 892,86  
**Итого ХЕ:** 9,94

**Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств 1-4 класс**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	0,06	0,06	13,38	54,30
701/96	20565	Спагетти мясное запеченая в тесте Яйцо свежее / Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Спагетти мясное Спагетти мясное без оболочки / Мука в/с / Масло растительное	30/50	8,69	7,99	30,48	228,60

**Итого:** 280 8,75 8,05 43,86 282,90  
**Итого ХЕ:** 3,66

**Стоимость рациона: 39,46 руб.**

**Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств 5-11 класс**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	14005	Чай яблочный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Яблоко свежее местное / Сахар песок	200	0,06	0,06	13,38	54,30
701/96	20565	Спагетти мясное запеченая в тесте Яйцо свежее / Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Спагетти мясное Спагетти мясное без оболочки / Мука в/с / Масло растительное	30/50	8,69	7,99	30,48	228,60
Таб.№24/96	3598	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	130	1,17	0,26	10,53	49,14

**Итого:** 410 9,92 8,31 54,39 332,04  
**Итого ХЕ:** 4,53

**Стоимость рациона: 59,57 руб.**

**Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Холодные блюда</b>							
Сб.рец.Москв а 2022г.	20015	Салат из сельдерея с яблоком Салат из сельдерея с яблоком: (Сельдерей(стебель) / Яблоко свежее / Масло растительное / Лимон свежий / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная)	50	0,04	3,51	0,32	33,06
40/97	6353	Салат из свежих помидоров и огурцов с соусом Салат из свежих помидоров и огурцов с соусом : (Помидор свежий / Огурец свежий / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная)	50	0,76	6,78	2,14	72,62
Сб.рец.Москв а 2022г.	2008	Салат Зелёный с ветчиной (изд.прес,капуста пекин,огурец св.) Салат Зелёный с ветчиной (изд.прес,капуста пекин,огурец св.): (Капуста пекинская / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурец свежий / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка))	50	0,43	5,25	0,54	51,15
Таб.№24/96	5584	Десерт фруктовый (киви) Киви	100	0,80	0,40	8,10	39,20

**Первые блюда**

120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
--------	-----	--	-----	------	------	------	-------

**Вторые блюда**

403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина б/к (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
	13422	Поджарка из филе цыплят Филе куриное охл. / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/15	8,92	14,44	10,11	206,08
413/96;450/04	11406	Шницель натуральный рубленый (мясо птицы,говядина) Яйцо свежее / Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Сухари панировочные / Вода / Масло растительное	50	11,08	10,21	5,42	157,89

**Гарниры и соусы**

463/96, таб№ 4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91
----------------	------	--	-----	------	------	-------	--------

469/96;516/3/ 04	1669	<b>Макаронны отварные</b> Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
<b>Третьи блюда</b>							
628/96г.	259	<b>Чай с сахаром</b> Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
<b>Хлеб</b>							
ПП	12649	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ТТК	20251	<b>Хлеб ржаной</b> Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	2316	<b>Рожок обсыпной</b> Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	4,04	3,38	29,56	164,82
ТТК	13441	<b>Витушка с маком</b> Мука в/с / Вода / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак семена / Масло растительное	50	4,70	3,10	31,54	172,86

**Стоимость рациона: 150 руб.**

Зав.производства Реунова С. В.

Ответственный за питание  
СанПиН 2.3/2.1.3593-20



Россия, 445043, Самарская обл. 5 Гольяты, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru