7,56

6,52

7,91





МЕНЮ

Ha 15.10.2025

МБУ "Школа № 72"

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	Ко∂	Наименование	Выход		Пищевая ценность			
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры У	глеводы	Ккалл	
Таб.№24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	90	0,36	0,36	10,17	45,36	
Таб №25/96	2311	Сыр порционный _{Сыр}	15	3,69	4,69		56,97	
451/02	9974	Каша МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ Молоко / Крупа пшеничная / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,57	7,64	42,52	273,12	
642/96;693/200 4	3149	Какао с молоком Вода / Молоко / Сахар песок / какао порошок	200	3,87	4,20	25,78	156,40	
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
		Итого): 535	18.39	17.09	90.77	590.45	

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

Сборник	Код	Наименование	Выход		Пищевая ценность			
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры У	глеводы	Ккалл	
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом Молоко / Крупа пшеничная / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,57	7,64	42,52	273,12	
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18	
ттк	10323	Бутерброд с сыром (батон) _{Батон / Сыр}	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67	
Таб.24/96	10012	Десерт фруктовый (яблоко) яблоко свежее местное	80	0,32	0,32	7,84	35,52	
		Итого	D: 530	15,64	14,88	78,18	515,49	

Итого ХЕ:

Итого ХЕ:

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс Пищевая ценность Сборник Код Выход Наимонованию

рецептур	блюда	наименование	гр.	Белки	Жиры У	глеводы	Ккалл
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	8.57	7.64	42.52	273,12
		Молоко / Крупа пшеничная / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная		,,,,	.,	,	
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14.97	66.18
020/301.		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,57	00,10
ттк	16323	Бутерброд с сыром (батон)	20/25	6.75	6.92	12.85	140,67
TIK		Батон / Сыр	20/23	0,73	0,32	12,00	140,07
Таб.24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко)	80	0.32	0.32	7.84	35.52
Ta0.24/90	13012	Яблоко свежее местное	00	0,32	0,32	7,04	33,32
	·	Итоа	O: 530	15,64	14,88	78,18	515,49
		У овоти	Œ:			6,52	

Стоимость рациона:70,1 руб. Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник	Ко∂	Наименование	Выход		Пищевая ценность			
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры У	глеводы	Ккалл	
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом Молоко / Крупа пшеничная / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,57	7,64	42,52	273,12	
642/96;693/200 4	3149	Какао с молоком Вода / Молоко / Сахар песок / какао порошок	200	3,87	4,20	25,78	156,40	
ттк	10323	Бутерброд с сыром (батон) _{Батон / Сыр}	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67	
Таб.№24/96	10310	Десерт фруктовый (яблоко) яблоко свежее местное	140	0,56	0,56	13,72	62,16	
		Итого	590	19,75	19,32	94,87	632,35	

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

		comen, cey intemposes a repeyte among (anompany						
Сборник	ик Код Наименование Выход	Выход Пищевая ценность						
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры У	глеводы	Ккалл	
451/02	1 9974	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	8,57	7,64	42,52	273,12	
		Молоко / Крупа пшеничная / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/3	·	· ·			
642/96;693/200	3149	Какао с молоком	200	3,87	4.20	25.78	156.40	
4	3149	Вода / Молоко / Сахар песок / какао порошок	200	0,01	.,_0	20,70	100,10	

ттк	10323	Бутерброд с сыром (батон) _{Батон / Сыр}	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
Таб.№24/96	10310	Десерт фруктовый (яблоко) яблоко свежее местное	140	0,56	0,56	13,72	62,16
		Озот	: 590	19,75	19,32	94,87	632,35

Итого ХЕ:

7,91

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену

Сборник	Ко∂	Наименование	Выход		Пищева	ая ценност	ь
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры У	глеводы	Ккалл
Таб.№24/96	6114	Огурец свежий Огурец свежий	60	0,43	0,06	1,16	6,90
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 / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб): (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,26	0,11	25,88	105,55
пп	1301	Хлеб ржаной хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
ПП	198	Хлеб пшеничный хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Итого	: 770	21.34	18.46	108.47	685.35

Итого ХЕ:

Итого ХЕ:

9,04

6,79

6.79

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

Сборник	Ко∂	Наименование	Выход		Пищева	ая ценност	њ
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры У	глеводы	Ккалл
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 / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб): (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
пп	365	Хлеб пшеничный хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Итого	: 675	18,19	17,88	81,53	566,07

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс

Сборник	Код	Поличение	Выход		Пищевая ценность			
рецептур	блюда	Наименование	гр.	Белки	Жиры У	глеводы	Ккалл	
120/96		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 / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47	
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб): (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53	
469/96;516/3/0 4	1009	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29	
628/96г.	209	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		·	14,97	66,18	
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	

Итого ХЕ: Стоимость рациона 87,1 руб.

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

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность					
рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры У	глеводы	Ккалл		
Таб.№24/96	0114	Огурец свежий Огурец свежий	60	0,43	0,06	1,16	6,90		
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 / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47		

416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб): (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,26	0,11	25,88	105,55
ПП	1561	Хлеб ржаной хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
ПП	198	Хлеб пшеничный хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
Таб.№24/96	8277	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	70	0,28	0,21	7,21	31,85
		Итого Итого ХЕ	• . •	21,62	18,67	115,68 9,64	717,20

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

Сборник	Код	Наименование	Выход		Ь		
рецептур	блюда	паименование	гр.	Белки	Жиры У	глеводы	Ккалл
Таб.№24/96	6114	Огурец свежий Огурец свежий	60	0,43	0,06	1,16	6,90
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 / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб): (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,26	0,11	25,88	105,55
пп	1561	Хлеб ржаной ^{Хлеб} ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
пп	198	Хлеб пшеничный хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04

Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	выход гр.	Пищевая ценность				
				Белки	Жиры У	глеводы	Ккалл	
696\96	7000	Расстегай с говядиной и луком Яйцо свежее / Мука в/с / Фарш мясной с луком (мясо птицы, говядина): (Фарш п/ф замороженный	75	11.33	8,09	33,10	250,53	
696/96		(мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная) / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Масло растительное / Дрожки прессованные / Соль йодированная	75	11,33				
ттк	19810	Чай с сахаром п/с	200			6.99	27.94	
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок				0,55	21,54	
		Отого	275	11,33	8,09	40,09	278,47	

Итого ХЕ:

Итого ХЕ:

9,04

3,34

Стоимость рациона 43,9 руб.

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств									
Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность					
				Белки	Жиры У	глеводы	Ккалл		
		Холодные блюда							
УКС КОП №27/05	13717	Салат Нежность с соусом Яйцо свежее / Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Сыр / Лук репчатый п/ф	50	3,71	10,23	2,08	115,23		
ттк	20196	Салат Школьные годы Салат Школьные годы: (Огурец свежий / Капуста свежая молодая / Помидор свежий / Масло растительное)	50	0,17	5,02	0,57	48,14		
ттк	19940	Яйцо под соусом с капустой пек. Яйцо свежее / Капуста пекинская / Соус в ассортименте на основе растительного масла	1/10/10	5,10	10,27	0,80	115,98		
Таб.№24/96	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	85	0,34	0,26	8,76	38,74		
Таб №25	15258	Арбуз очищенный _{Арбуз св.}	130	1,50	0,25	14,50	66,25		
Таб.№25/96	1650	Сыр порционный	20	4,87	6,20		75,28		
		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 / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47		

Вторые блюда

ттк	20522	Спагетти мясное с соусом					
		Спагетти мясное Лада / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	90	9,15	13,12	3,90	170,28
436/96	15458	Цыплята запеченные	75	17,67	18,21		234,59
		Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное	73	17,07	10,21		234,39
	14131	Котлета по-хлыновски					
454/04		Котлета по-хлыновски: (Яйцо свежее / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Картофель п/ф / Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная)	50	9,08	9,74	4,70	142,78
TTK	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха,с маслом	150	20,21	13,70	34,10	342,00
1110	20240	Пельмени МБ с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист					
		Гарниры и соусы					
472/96	549	Картофельное пюре	150	3,30	4,98	22.06	146.26
		Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	130	3,30	4,90	22,00	140,20
		Каша перловая с овощами	150	3,65	15,41	25,18	254,04
TTK	15260	Вода / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная					
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные	150	5,60	5,66	35,88	216,84
400/00	10700	Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная		0,00	0,00	00,00	210,04
		Третьи блюда					
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18
020/001.		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок				14,57	00,10
		Хлеб					
ПП	13185	Хлеб ржаной	30	2,04	0.39	11.94	59.43
		Хлеб ржаной		2,04	0,00	11,54	00,40
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Хлеб пшеничный		.,,,,	0,20	,00	
		Мучные изделия					
№627/13	13477	Булочка с повидлом	50	4 27	2.87	33.25	175.91
		Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Повидло в асс. / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин	50	0 4,27	2,01	33,Z3	175,91
ттк	175	Плюшка Московская	50	50 4,25	3,19	31,17	170,39
		Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное					
TTI	10164	Булочка с кунжутом	50	-0 4 04	447	20.26	140.04
ТТК		Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	4,31	1,17	28,26	140,81
		0					

Стоимость рациона 137 руб.

