

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

____ Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 05.12.2025

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

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
Таб №4,262/96	10383	Каша молочная пшениная Молоко / Вода / Крупа пшено / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	150/5	5,68	6,51	26,64	187,87
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	139,00
ТТК	20209	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	20	2,20	4,00		44,80
пром	2974	Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
		Итого:	415	16,52	13,83	68,72	465,43
		Итого ХЕ:				5,73	

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
ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул,батон) Батон / Мясо прессованное	20/25	2,10	1,13	12,85	69,99

Таб.№24/96	11422	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	33,30
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
		Итого:	440	22,64	9,32	56,40	400,05
		Итого ХЕ:				4,70	
		Стоимость рациона:	91,52 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	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул,батон)	20/25	2,10	1,13	12,85	69,99
Таб.№24/96	11422	Батон / Мясо прессованное Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	33,30
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
		Итого:	440	22,64	9,32	56,40	400,05
		Итого ХЕ:				4,70	

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	19761	Бутерброд с мясом прессованным	20/25	2,10	1,13	12,85	69,99

		(изд.кул,батон)					
		Батон / Мясо прессованное					
Таб.№24/96	11422	Десерт фруктовый (яблоко)	75	0,30	0,30	7,35	33,30
		Яблоко свежее					
		Сырники классические с молоком сгущ.					
ТТК	19762	Сырники классические п/ф 114г.(творог обез)	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
		/ Молоко сгущенное / Масло растительное					
		Чай с сахаром п/с					
ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай	200			6,99	27,94
		черный (развесной)) / Сахар песок					
		Итого:	440	22,64	9,32	56,40	400,05
		Итого ХЕ:				4,70	

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
		Суп лапша домашняя					
		Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с /					
		Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь					
№ 151/94	1266	свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук	200	2,43	4,63	12,02	99,47
		репчатый п/ф / Масло растительное /					
		Морковь свежая п/ф / Соль йодированная /					
		Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый					
		лист					
ТТК	20552	Спагетти мясное отварные	60	8,06	10,54	1,86	134,54
		Спагетти мясное Лада					
		Картофельное пюре					
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное /	150	3,30	4,98	22,06	146,26
		Соль йодированная					
		Чай с сахаром п/с					
ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай	200			6,99	27,94
		черный (развесной)) / Сахар песок					
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60

Хлеб пшеничный

Итого: 635 15,69 20,35 55,23 466,81

Итого ХЕ: 4,60

Обед 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
Таб.№24/96	5211	Десерт фруктовый (апельсин)	90	0,81	0,18	7,29	34,02
		Апельсины свежие					
		Суп лапша домашняя					
		Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с /					
		Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь					
№ 151/94	1266	свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук	200	2,43	4,63	12,02	99,47
		репчатый п/ф / Масло растительное /					
		Морковь свежая п/ф / Соль йодированная /					
		Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый					
		лист					
ТТК	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом	90	2,18	11,72	3,65	128,80
		Спагетти мясное Лада / Огурец свежий					
		Картофельное пюре					
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное /	150	3,30	4,98	22,06	146,26
		Соль йодированная					
646/96;699/200	267	Напиток из лимона	200	0,14	0,02	24,43	98,46
4		Вода / Сахар песок / Лимон свежий					
ТТК	7035	Вафли порционные 1шт.	18	1,03	5,22	11,16	95,74
		Вафли в асс.					
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
		Итого:	768	11,41	26,91	90,45	649,63
		Итого ХЕ:				7,54	
		Стоимость рациона:	128,14 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	Углеводы	Ккал	
Таб.№24/96	5211	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	90	0,81	0,18	7,29	34,02
№ 151/94	1266	Суп лапша домашняя Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
ТТК	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом Спагетти мясное Лада / Огурец свежий	90	2,18	11,72	3,65	128,80
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
646/96;699/200 4	267	Напиток из лимона Вода / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,14	0,02	24,43	98,46
ТТК	7035	Вафли порционные 1шт. Вафли в асс.	18	1,03	5,22	11,16	95,74
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			768	11,41	26,91	90,45	649,63
Итого ХЕ:						7,54	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20060	Холодные блюда Хурма порционная Хурма свежая	150	0,08	0,06	2,30	10,02
Таб.№24/96	7365	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	130	1,04	0,26	9,75	45,50
Сб.рец.Москва 2022г.	19965	Салат картофельный с ветчиной (изд.прессов.горош.зел.огурец сол.соус)	100	2,19	2,97	13,02	87,59

		Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленые / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Соль йодированная Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой						
40/97	11819	Помидор свежий / Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф	80	0,65	4,07	2,91	50,87	
ТТК	14136	Яйцо под соусом с зеленым горошком Яйцо свежее / Горошек зеленый консервированный / Соус в ассортименте на основе растительного масла	1/10/10	5,84	11,33	1,65	131,93	
№ 151/94	1266	Первые блюда Суп лапша домашняя Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47	
ТТК	20523	Вторые блюда Спагетти мясное со свеж.огурцом Спагетти мясное Лада / Огурец свежий Котлета куриная "Пожарская"	90	2,18	11,72	3,65	128,80	
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64	
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ. Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81	

		Плов из говядины						
403/96	18971	П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук 30/100 репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная		11,51	12,14	26,66	261,90	
472/96	549	Гарниры и соусы Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26	
ТТК	15260	Каша перловая с овощами Вода / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,65	15,41	25,18	254,04	
628/96г.	259	Третьи блюда Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18	
ТТК	8986	Мучные изделия Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	30	3,81	2,94	14,64	100,26	
ТТК	2316	Рожок обсыпной Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	4,04	3,38	29,56	164,82	
ПП	365	Хлеб Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
ПП	11521	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24	
Зав.производством		Стоимость рациона:	145 руб.					
		Шевченко Ирина Евгеньевна						

Ответственный за питание _____/_____/

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Россия, 445043, Самарская обл., г.Тольятти, ул.Северная,
35

E-mail: eda0910@mail.ru