

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
		Каша молочная пшенная					
Таб №4,262/96	10383	Молоко / Вода / Крупа пшено / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	150/5	5,68	6,51	26,64	187,87
TTK	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	139,00
TTK	20209	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20	2,20	4,00		44,80
пром	2974	Хлеб пшеничный 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
		Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул,батон)					
TTK	19761	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
TTK	19762	Сырники классические с молоком сгущ.					
		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					
TTK	19810	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	
TTK	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
		Сырники классические с молоком сгущ.					
TTK	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					
TTK	19810	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	
TTK	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) Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	33,30
		Сырники классические с молоком сгущ.					
TTK	19762	Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) 100/20 / Молоко сгущенное / Масло растительное	20,24	7,89	29,21	268,81	
		Чай с сахаром п/с					
TTK	19810	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		

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	Пищевая ценность			
					гр.	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 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
TTK	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 / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
				Чай с сахаром п/с					
TTK	19810			Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		6,99	27,94	
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	Пищевая ценность				
				гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	5211	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие 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	90	0,81	0,18	7,29		34,02
№ 151/94	1266		200	2,43	4,63	12,02		99,47
TTK	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом Спагетти мясное Лада / Огурец свежий Картофельное пюре	90	2,18	11,72	3,65		128,80
472/96	549	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
TTK	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		
		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 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	90	0,81	0,18	7,29	34,02
№ 151/94	1266		200	2,43	4,63	12,02	99,47
TTK	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом Спагетти мясное Лада / Огурец свежий Картофельное пюре	90	2,18	11,72	3,65	128,80
472/96	549	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
TTK	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
TTK	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 Яйцо под соусом с зеленым горошком	80	0,65	4,07	2,91	50,87	
TTK	14136	Яйцо свежее / Горошек зеленый консервированный / Соус в ассортименте на основе растительного масла 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	1/10/10	5,84	11,33	1,65	131,93	
№ 151/94	1266	Вторые блюда Спагетти мясное со свеж.огурцом Спагетти мясное Лада / Огурец свежий Котлета куриная "Пожарская"	200	2,43	4,63	12,02	99,47	
TTK	20523	Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	90	2,18	11,72	3,65	128,80	
TTK	18963	Сырники классические с молоком сгущ. Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64	
TTK	19762	Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) 100/20 20,24 7,89 29,21 / 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 11,51 12,14 26,66		261,90				
		репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная						
		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						
		Каша перловая с овощами						
ТТК	15260	Вода / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,65 15,41 25,18		254,04		
		Третья блюда						
628/96г.	259	Чай с сахаром 200 14,97 66,18						
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок						
		Мучные изделия						
		Сырная палочка						
ТТК	8986	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 50 4,04 3,38 29,56 164,82						
		Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная						
		Хлеб						
ПП	365	Хлеб пшеничный 25 1,90 0,20 12,30 58,60						
ПП	11521	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной 40 2,72 0,52 15,92 79,24						
		Стоимость рациона: 145 руб.						
Зав.производством		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