

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 02.12.2025

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
		Омлет натуральный					
284/96	9091	Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное / Соль йодированная	150	15,52	19,45	2,89	248,69
		Чай с сахаром п/с					
ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок		6,99		27,94	
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ТТК	20209	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	20	2,20	4,00		44,80
		Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное					
		Итого:	390	19,24	23,61	19,72	368,31
		Итого ХЕ:				1,64	

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
Таб. №24/96	2549	Десерт фруктовый (банан)					
		Бананы свежие	100	1,50	0,50	21,00	94,50
284/96	9091	Омлет натуральный	150	15,52	19,45	2,89	248,69

		Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное /				
		Соль йодированная				
		Чай с сахаром п/с				
ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок		6,99	27,94	
		Мясо прессованное порционное				
ТТК	20209	(изд.кул.мясное)	20	2,20	4,00	44,80
		Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное				
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84
		Хлеб в ассортименте				46,88
		Итого:	490	20,74	24,11	40,72
		Итого ХЕ:				462,81
		Стоимость рациона:		91,52	руб.	

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

			Выход	Пищевая ценность		
			гр.	Белки	Жиры	Углеводы
Сборник рецептур	Код блюда	Наименование		Ккал		
Таб. №24/96	2549	Десерт фруктовый (банан)	100	1,50	0,50	21,00
		Бананы свежие				94,50
		Омлет натуральный				
284/96	9091	Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное /	150	15,52	19,45	2,89
		Соль йодированная				248,69
		Чай с сахаром п/с				
ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок		6,99	27,94	
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84
		Хлеб в ассортименте				46,88
		Мясо прессованное порционное				
ТТК	20209	(изд.кул.мясное)	20	2,20	4,00	44,80
		Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное				
		Итого:	490	20,74	24,11	40,72
		Итого ХЕ:				462,81
		Стоимость рациона:		91,52	руб.	

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			Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
Таб. №24/96	2549	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие Омлет натуральный	100	1,50	0,50	21,00	94,50
284/96	9091	Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное / Соль йодированная Чай с сахаром п/с	150	15,52	19,45	2,89	248,69
ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок				6,99	27,94
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ТТК	20209	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20	2,20	4,00		44,80
		Итого:	490	20,74	24,11	40,72	462,81
		Итого ХЕ:				3,39	

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			Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
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
ТТК	20532	Котлеты Отличные с соусом Котлеты "Отличные" (мясо птицы) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. /	90	10,03	8,75	9,44	156,64

			Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное				
469/96;516 /3/04	1669	1669	Макароны отварные				
			Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02
			Напиток из сливы зам.п.с.,				205,29
ТТК	20633		Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая /	200	0,12	0,05	16,41
			Лимонная кислота				66,53
ПП	12649		Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84
			Хлеб в ассортименте				46,88
			Итого:	660	18,84	17,36	79,06
			Итого ХЕ:				547,81
			6,59				

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

класс

Сборник рецептур Таб. №24/96	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность		
				Белки	Жиры	Углеводы
						Ккал
	12267	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	95	0,38	0,29	9,79
		Щи из свежей капусты с картофелем				43,29
		Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) /				
		Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь				
120/96	171	свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. /	200	1,52	4,11	7,35
		Лавровый лист				72,47
		Котлеты Отличные				
ттк	20560	Котлеты "Отличные" (мясо птицы) / Масло растительное	70	9,84	7,74	8,20
						141,80
469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные				
		Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97
						66,18

		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок					
ТТК	19334	Рожок Алтайский	50				
Пром	350	Рожок Алтайский					
		Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Хлеб пшеничный					
		Итого:	815	21,19	16,83	100,93	646,23
		Итого ХЕ:				8,41	
		Стоимость рациона:		128,14	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
Таб. №24/96	12267	Десерт фруктовый (груша)	95	0,38	0,29	9,79	43,29
		Груша свежая					
		Щи из свежей капусты с картофелем					
		Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) /					
		Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь					
120/96	171	свежая п/ф / Масло растительное / Морковь	200	1,52	4,11	7,35	72,47
		свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук					
		зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. /					
		Лавровый лист					
		Котлеты Отличные					
ТТК	20560	Котлеты "Отличные" (мясо птицы) / Масло	70	9,84	7,74	8,20	141,80
		растительное					
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные					
		Вода / Макаронные изделия / Масло	150	5,65	4,29	36,02	205,29
		растительное / Соль йодированная					
		Чай с сахаром					
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200					
		(развесной)) / Сахар песок					
ТТК	19334	Рожок Алтайский	50				
Пром	350	Рожок Алтайский					
		Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20

Хлеб пшеничный						
Итого:	815	21,19	16,83	100,93	646,23	
Итого ХЕ:				8,41		

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность		
				Белки	Жиры	Углеводы
				Ккал		
		Холодные блюда				
		Салат Цезарь (котл.мясо птицы, капуста пек, соус)				
Сб.рец. Москва 2022г.	2011	Салат Цезарь (котл.мясо птицы, капуста пек, соус): (Котлетное мясо птицы / Капуста пекинская / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Хлеб пшеничный / Сыр / Соль йодированная)	50	5,81	9,63	5,98
		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
29/96	2110	Салат из свеклы с сыром и чесноком				
		Свекла п/ф / Сыр / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Чеснок	50	2,71	7,39	4,38
Таб. №24/96	7365	Десерт фруктовый (мандин)				
		Мандаринки свежие	130	1,04	0,26	9,75
Таб. №24/96	8952	Десерт фруктовый (банан)				
		Бананы свежие	110	1,65	0,55	23,10
		Первые блюда				
		Щи из свежей капусты с картофелем				
		Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) /				
120/96	171	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. /	200	1,52	4,11	7,35
				72,47		

		Лавровый лист					
		Вторые блюда					
ТТК	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом	90	2,18	11,72	3,65	128,80
		Спагетти мясное Лада / Огурец свежий					
		Котлеты Отличные					
ттк	20560	Котлеты "Отличные" (мясо птицы) / Масло растительное	70	9,84	7,74	8,20	141,80
		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)	200	8,22	10,60	43,05	300,53
Москва 2022г.	20135	Жаркое по-домашнему из филе цыплят (котл.мясо птицы)					
ТТК	19923	Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук 30/150 репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	6,20	8,98	30,11		226,08
		Гарниры и соусы					
		Рис оригинальный					
ТТК	6527	Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	4,30	6,18	41,84	240,18
469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные					
		Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
		Третью блюда					
		Чай с сахаром					
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок		14,97			66,18
		Мучные изделия					

№775/04	2247	Булочка Российская Булочка Российская: (Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Молоко / Сахар песок / Мука в/с / 30 растительное / Молоко / Сахар песок / Мука в/с / 30 Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин) Булочка Ароматная Булочка Ароматная: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Мука в/с / 30 Масло растительное / Сахарная пудра / Масло растительное / Корица молотая / Соль йодированная) Хлеб	2,27	2,64	18,44	106,60
ТТК	13488	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,74	3,11	19,94
ПП	365		25	1,90	0,20	12,30

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