

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

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

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				
Таб. №				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
24/96	2549	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	100	1,50	0,50	21,00	94,50	
284/96	9091	Омлет натуральный Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное / Соль йодированная	150	15,52	19,45	2,89	248,69	
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			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				
Таб. №				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	
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	

469/96;516 /3/04	1669	Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	20633	Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная Напиток из сливы зам.п.с.,	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ПП	12649	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженная / Лимонная кислота	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Итого:	660	18,84	17,36	79,06	547,81
		Итого ХЕ:				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
Таб. №24/96	12267	Десерт фруктовый (груша)	95	0,38	0,29	9,79	43,29
		Груша свежая					
		Щи из свежей капусты с картофелем					
120/96	171	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
тتك	20560	Котлеты Отличные	70	9,84	7,74	8,20	141,80
		Котлеты "Отличные" (мясо птицы) / Масло растительное					
469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29
		Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18

ТТК	19334	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	50					
Пром	350	Рожок Алтайский						
		Рожок Алтайский	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
		Хлеб пшеничный						
		Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
		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				
Таб. №24/96				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
	12267	Десерт фруктовый (груша)	95	0,38	0,29	9,79	43,29	
		Груша свежая						
		Щи из свежей капусты с картофелем						
120/96	171	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	20560	Котлеты Отличные	70	9,84	7,74	8,20	141,80	
		Котлеты "Отличные" (мясо птицы) / Масло растительное						
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29	
		Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная						
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

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	133,84
		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
		Салат из свеклы с сыром и чесноком					
29/96	2110	Свекла п/ф / Сыр / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Чеснок	50	2,71	7,39	4,38	94,87
Таб. №24/96	7365	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	130	1,04	0,26	9,75	45,50
Таб. №24/96	8952	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	110	1,65	0,55	23,10	103,95
		Первые блюда					
		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. /	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					
ттк	20560	Котлеты Отличные					
		Котлеты "Отличные" (мясо птицы) / Масло	70	9,84	7,74	8,20	141,80
		растительное					
		Макароны отварные с мясом прессованным и					
		томатом					
Москва		Макароны отварные с мясом прессованным и					
2022г.	20135	томатом : (Спагетти (макароны) / Изделие					
		кулинарное мясное Мясо прессованное / Лук	200	8,22	10,60	43,05	300,53
		репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр /					
		Томатная паста в асс. / Зелень (лук					
		зел.укроп.петрушка) / Чеснок / Соль					
		йодированная)					
		Жаркое по-домашнему из филе цыплят					
		(котл.мясо птицы)					
ТТК	19923	Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук	30/150	6,20	8,98	30,11	226,08
		репчатый п/ф / Масло растительное / Соль					
		йодированная / Томатная паста в асс.					
		Гарниры и соусы					
		Рис оригинальный					
ТТК	6527	Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф /	150	4,30	6,18	41,84	240,18
		Томатная паста в асс. / Масло растительное /					
		Соль йодированная / Лавровый лист					
469/96;516		Макароны отварные					
/3/04	1669	Вода / Макаaronные изделия / Масло	150	5,65	4,29	36,02	205,29
		растительное / Соль йодированная					
		Третьи блюда					
		Чай с сахаром					
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200				14,97	66,18
		(развесной)) / Сахар песок					
		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 / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин)	30	2,27	2,64	18,44	106,60
ТТК	13488	Булочка Ароматная					
		Булочка Ароматная: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло растительное / Сахарная пудра / Масло растительное / Корица молотая / Соль йодированная)	30	2,74	3,11	19,94	118,71
ПП	365	Хлеб					
		Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60

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