

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 03.12.2025

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.№24/96	8074	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	33,30
		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным					
		Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус					
TTK	20538	Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное Чай с сахаром п/с	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
TTK	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		6,99	27,94	
		Итого:	425	17,59	18,46	63,79	491,67
		Итого ХЕ:				5,32	

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	8997	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	165	0,66	0,66	16,17	73,26

		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным					
TTK	20538	Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар 130/20 17,29 18,16 49,45 430,43 песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) /					
		Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная /					
		Масло растительное					
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		14,97	66,18	
TTK	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки КМ в асс	22	0,70 2,40 8,30	57,60		
		Итого:	537	18,65 21,22 88,89	627,47		
		Итого ХЕ:		7,41			
		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	8997	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным	165	0,66 0,66 16,17	73,26
TTK	20538	Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар 130/20 17,29 18,16 49,45 430,43 песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) /			
		Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная /			
		Масло растительное			
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	14,97	66,18
TTK	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки КМ в асс	22	0,70 2,40 8,30	57,60
		Итого:	537	18,65 21,22 88,89	627,47

Итого ХЕ: 7,41

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
Таб.№24/96	8997	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	165	0,66	0,66	16,17 73,26
		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным				
		Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус				
ТТК	20538	Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное Чай с сахаром	130/20	17,29	18,16	49,45 430,43
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		14,97	66,18
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки КМ в асс	22	0,70	2,40	8,30 57,60
		Итого:	537	18,65	21,22	88,89 627,47
		Итого ХЕ:				7,41

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
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87 122,49
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Рис / Свинина б/к (окорок) / Морковь свежая 30/150 10,41 21,54 40,10 395,90 п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное				

			/ Томатная паста в асс. / Соль йодированная /					
			Лавровый лист					
			Чай ягодный					
ТТК	13514		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
пром	2974		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
			Хлеб пшеничный					
			Итого:	620	18,42	26,32	88,60	664,96
			Итого ХЕ:				7,38	

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

класс

			Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Сборник рецептур	Код блюда							
Таб.№24/96	8074		Десерт фруктовый (яблоко)	75	0,30	0,30	7,35	33,30
			Яблоко свежее					
			Суп картофельный с горохом					
			Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь					
138/96	169		свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло	200	4,83	4,41	15,87	122,49
			растительное / Зелень (лук					
			зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная /					
			Лавровый лист					
			Плов из свинины (окорок)					
403/96	18879		Свинина б/к (окорок) / Рис / Морковь свежая					
			п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	40/150	12,52	26,55	40,08	449,30
			/ Томатная паста в асс. / Соль йодированная /					
			Лавровый лист					
			Чай ягодный					
ТТК	13514		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
ТТК	19333		Булочка сдобная 50г.	50	4,00	5,00	28,50	175,00
ПП	365		Булочка сдобная 50г.					
			Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60

**Хлеб пшеничный**

Итого:	740	23,69	36,51	117,05	891,50
Итого ХЕ:				9,75	
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	8074	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	33,30
		Суп картофельный с горохом					
		Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь					
138/96	169	свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
		Плов из свинины (окорок)					
		Свинина б/к (окорок) / Рис / Морковь свежая					
403/96	18879	п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	12,52	26,55	40,08	449,30
		Чай ягодный					
ТТК	13514	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
ТТК	19333	Булочка сдобная 50г. Булочка сдобная 50г.	50	4,00	5,00	28,50	175,00
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Итого:	740	23,69	36,51	117,05	891,50
		Итого ХЕ:			9,75		

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал

		Холодные блюда						
TTK	20060	Хурма порционная	150	0,08	0,06	2,30	10,02	
№ табл, 24/94	5086	Хурма свежая						
		Виноград свежий	100	0,62	0,62	16,02	72,18	
		Виноград свежий в асс.						
		Салат Майский (огур.св,яйцо,соус)						
TTK	13970	Салат "Майский": (Яйцо свежее / Огурец свежий / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Соль йодированная)	50	2,97	9,02	0,92	96,74	
		Салат Оливье с ветчиной						
		Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее /						
		Изделие кулинарное мясное Мясо						
Сб.рец.Москва 2022г.	20006	прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный /	50	1,44	2,54	2,68	39,35	
		Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Зелень (лук зел.укроп.петрушка))						
		Первые блюда						
		Суп картофельный с горохом						
		Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь						
138/96	169	свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная /	200	4,83	4,41	15,87	122,49	
		Лавровый лист						
		Вторые блюда						
		Котлета из говядины						
TTK	20319	Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное	70	9,11	12,96	6,35	178,48	
TTK	17748	Рулет Галантин с сыром	50	11,41	9,98	0,50	137,45	
		Рулет Галантин с сыром п/ф						
		Плов из свинины (окорок)						
403/96	18879	Свинина б/к (окорок) / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная /	40/150	12,52	26,55	40,08	449,30	

			Лавровый лист						
			Блинчики Домашние с молоком сгущ.						
TTK	17928	Блинчики "Домашние" оболочка / Молоко сгущенное	135/15	7,57	10,87	38,11	280,57		
		Гарниры и соусы							
		Картофель запеченный							
240/96	7309	Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18	174,82		
		Третья блюда							
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18		
		Мучные изделия							
		Булочка Домашняя							
		Булочка Домашняя: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная)	30	2,36	3,87	18,52	118,35		
№769/04	11807	Булочка с кунжутом Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок /							
TTK	10164	Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	4,31	1,17	28,26	140,81		
		Хлеб							
PП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04		
		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							

