

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" 2 корпус (ул.
Тополиная, 18)

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 03.12.2025

МБУ "Школа № 90" 2 корпус (ул. Тополиная, 18)

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОВЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 класс, 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
		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным					
TTK	20538	Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус 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 200 (развесной)) / Сахар песок			6,99		27,94
Таб. №24/96	15244	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	150	0,60	0,60	14,70	66,60
		Итого:	500	17,89	18,76	71,14	524,97
		Итого ХЕ:				5,93	

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
TTK	20538	Запеканка творожная с крошкой и соусом	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43

десертным
 Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус
 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

ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок		6,99	27,94
Таб. №24/96	8074	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	75	0,30 0,30 7,35	33,30
		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
		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус 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		
ТТК	20538		130/20	17,29 18,16 49,45 430,43
ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок Булочка Золотистая Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Повидло в асс. / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное		6,99 27,94
ТТК	3147		50	4,18 4,19 30,19 175,19
Таб.	12777	Десерт фруктовый (яблоко)	160	0,64 0,64 15,68 71,04

№24/96 Яблоко свежее местное
 Итого: 560 22,11 22,99 102,31 704,60
 Итого ХЕ: 8,53
 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
		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным					
TTK	20538	Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус 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 200 (развесной)) / Сахар песок Булочка Золотистая Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Повидло в асс. / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное		6,99		27,94	
TTK	3147	Десерт фруктовый (яблоко)	50	4,18	4,19	30,19	175,19
Таб. №24/96	12777	Яблоко свежее местное Итого: Итого ХЕ:	160 560 8,53	0,64 22,11 22,99	0,64 102,31	15,68 704,60	71,04

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
TTK	20538	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43

		Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус 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					
ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок Булочка Золотистая Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Повидло в асс. / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное Десерт фруктовый (яблоко)	6,99	27,94			
ТТК	3147		50	4,18	4,19	30,19	175,19
Таб. №24/96	12777	Яблоко свежее местное Итого:	160	0,64	0,64	15,68	71,04
		Итого ХЕ:	560	22,11	22,99	102,31	704,60
						8,53	

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 Плов из свинины (окорок) Рис / Свинина б/к (окорок) / Морковь свежая п/ф	200	4,83	4,41	15,87	122,49
№ 403/96	1144	/ Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист Чай ягодный	30/150	10,41	21,54	40,10	395,90
ТТК	13514	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный	200	0,14	0,05	12,95	52,81

		(развесной)) / Ягода замороженная (смесь) /					
		Сахар песок					
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 1 по 4

класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность		
				Белки	Жиры	Углеводы
		Суп картофельный с горохом				
		Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая				
138/96	169	п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /	200	4,83	4,41	15,87
		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
		Томатная паста в асс. / Соль йодированная /				
		Лавровый лист				
		Чай ягодный				
ТТК	13514	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) /	200	0,14	0,05	12,95
		Сахар песок				
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68
		Хлеб пшеничный				
ПП	1561	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95
		Хлеб ржаной				
		Булочка Загадка				
ТТК	5100	Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль	50	4,77	2,02	32,87
		йодированная / Масло растительное / Мак				
		семена				
		Итого:	705	27,00	33,68	131,40
						936,67

Итого ХЕ: 10,95

Стоимость рациона: 110,17 руб.

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
		Суп картофельный с горохом						
138/96	169	Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /	200	4,83	4,41	15,87	122,49	
		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) /	200	0,14	0,05	12,95	52,81	
		Сахар песок						
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
Таб. №24/96	8162	Хлеб пшеничный						
		Десерт фруктовый (мандарин)	135	1,08	0,27	10,13	47,27	
		Мандарины свежие						
		Итого:	750	20,47	31,48	91,33	730,47	
		Итого ХЕ:				7,61		
		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
		Суп картофельный с горохом						
138/96	169	Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /	200	4,83	4,41	15,87	122,49	

			Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист						
			Плов из свинины (окорок)						
			Свинина б/к (окорок) / Рис / Морковь свежая п/ф						
403/96	18879		/ 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) /	200	0,14	0,05	12,95	52,81	
			Сахар песок						
ПП	365		Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
			Хлеб пшеничный						
Таб.	8162		Десерт фруктовый (мандарин)	135	1,08	0,27	10,13	47,27	
№24/96			Мандарины свежие						
			Итого:	750	20,47	31,48	91,33	730,47	
			Итого ХЕ:				7,61		

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОВЗ), для обучающихся с 1 по 4 класс, 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
138/96	169	Суп картофельный с горохом				
		Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая				
		п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /	200	4,83	4,41	15,87
		Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист				
		Плов из свинины (окорок)				
		Свинина б/к (окорок) / Рис / Морковь свежая п/ф				
403/96	18879	/ Лук репчатый п/ф / Масло растительное /	40/150	12,52	26,55	40,08
		Томатная паста в асс. / Соль йодированная /				
		Лавровый лист				
		Чай ягодный				
ТТК	13514	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный	200	0,14	0,05	12,95
						52,81

		(развесной)) / Ягода замороженная (смесь) /					
		Сахар песок					
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
		Хлеб пшеничный					
ПП	1561	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
		Хлеб ржаной					
		Булочка Загадка					
		Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло					
ТТК	5100	растительное / Дрожжи прессованные / Соль	50	4,77	2,02	32,87	168,74
		йодированная / Масло растительное / Мак					
		семена					
		Итого:	705	27,00	33,68	131,40	936,67
		Итого ХЕ:					10,95

Зав.производством Костерина В. В.

Ответственный за питание _____ / _____ /

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Россия, 445043, Самарская обл., г.Тольятти,

ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru