

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						
		Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус						
ТТК	20538	Десертный из ягоды св. мороженной: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43	
		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	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	
ТТК	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. мороженной: (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				6,99	27,94
		(развесной)) / Сахар песок					
Таб.	8074	Десерт фруктовый (яблоко)	75	0,30	0,30	7,35	33,30
№24/96		Яблоко свежее					
		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					
ТТК	20538	Десертный из ягоды св. мороженной: (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					
		Чай с сахаром п/с					
ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200				6,99	27,94
		(развесной)) / Сахар песок					
		Булочка Золотистая					
		Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Масло					
ТТК	3147	растительное / Повидло в асс. / Дрожжи	50	4,18	4,19	30,19	175,19
		прессованные / Мука в/с / Масло сливочное /					
		Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная /					
		Масло растительное					
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					
ТТК	20538	Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженной: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок				6,99	27,94
ТТК	3147	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	50	4,18	4,19	30,19	175,19
Таб. №24/96	12777	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	160	0,64	0,64	15,68	71,04
		Итого:	560	22,11	22,99	102,31	704,60
		Итого ХЕ:				8,53	

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
ТТК	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. мороженной: (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
		Булочка Золотистая						
ТТК	3147	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	50	4,18	4,19	30,19		175,19
Таб. №24/96	12777	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	160	0,64	0,64	15,68		71,04
		Итого:	560	22,11	22,99	102,31		704,60
		Итого ХЕ:				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	Ккал
		Суп картофельный с горохом					
138/96	169	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
		Плов из свинины (окорок)					
№ 403/96	1144	Рис / Свинина б/к (окорок) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	30/150	10,41	21,54	40,10	395,90
		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					
		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	Ккал
		Суп картофельный с горохом					
138/96	169	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
		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 / 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
		Хлеб пшеничный					
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
		Хлеб ржаной					
ПП	1561	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
		Булочка Загадка					
ТТК	5100	Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена	50	4,77	2,02	32,87	168,74
		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				
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	18879	Плов из свинины (окорок) Свинина б/к (окорок) / Рис / Морковь свежая 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	
ТТК	13514	Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81	
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
Таб. №24/96	8162	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	135	1,08	0,27	10,13	47,27	
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				
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	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 / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист Чай ягодный	40/150	12,52	26,55	40,08	449,30	
ТТК	13514	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81	
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
Таб. №24/96	8162	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	135	1,08	0,27	10,13	47,27	
		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
		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) Свинина б/к (окорок) / Рис / Морковь свежая п/ф					
138/96	169	/ Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист Чай ягодный	200	4,83	4,41	15,87	122,49
403/96	18879	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный	40/150	12,52	26,55	40,08	449,30
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					
ТТК	5100	Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло					
		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