

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 08.12.2025

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4
класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность
			гр.	Белки Жиры Углеводы Ккал
		Блинчики Домашние с молоком сгущ.		
TTK	17928	Блинчики "Домашние" оболочка / Молоко сгущенное	135/15	7,57 10,87 38,11 280,57
		Чай без сахара		
	315	Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200	
Таб №25/96	2311	Сыр порционный Сыр	15	3,69 4,69 56,97
		Итого:	365	11,26 15,56 38,11 337,54
		Итого ХЕ:		3,18
		Стоимость рациона:	70,1	руб.

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность
			гр.	Белки Жиры Углеводы Ккал
		Бутерброд с сыром (батон)		
TTK	16323	Батон / Сыр	20/25	6,75 6,92 12,85 140,67
		Блинчики Домашние с молоком сгущ.		
TTK	17928	Блинчики "Домашние" оболочка / Молоко	135/15	7,57 10,87 38,11 280,57

			сгущенное				
			Компот из яблок (местное)				
698/97	15346	Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / 200	0,18	0,18	28,36	115,79	
		Лимонная кислота					
		Итого:	395	14,50	17,97	79,32	537,03
		Итого ХЕ:				6,61	
		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		Пищевая ценность		
			гр.		Белки	Жиры	Углеводы
TTK	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25		6,75	6,92	12,85
TTK	17928	Блинчики Домашние с молоком сгущ. сгущенное Компот из яблок (местное)	135/15		7,57	10,87	38,11
698/97	15346	Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / 200	0,18	0,18	28,36	115,79	
		Лимонная кислота					
		Итого:	395		14,50	17,97	79,32
		Итого ХЕ:				6,61	

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		Пищевая ценность		
			гр.		Белки	Жиры	Углеводы
TTK	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25		6,75	6,92	12,85
TTK	17928	Блинчики Домашние с молоком сгущ. сгущенное Компот из яблок (местное)	135/15		7,57	10,87	38,11
698/97	15346	Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / 200	0,18	0,18	28,36	115,79	
		Лимонная кислота					
		Итого:	395		14,50	17,97	79,32
		Итого ХЕ:				537,03	

Итого ХЕ:

6,61

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
		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
		свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. /				
		Лавровый лист				
		Котлета куриная "Пожарская"				
ТТК	18961	Котлета куриная "Пожарская" п/ф 56гр. /	50	9,30	7,10	8,50
		Масло растительное				
		Рис отварной с овощами				
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф	150	3,72	5,51	37,12
		/ Масло растительное / Соль йодированная				
		Напиток из яблок п.с.				
ТТК	20630	Вода / Яблоко свежее / Сахар песок /	200	0,01	0,01	15,30
		Лимонная кислота				
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30
		Хлеб пшеничный				
		Итого:	625	16,45	16,93	80,57
		Итого ХЕ:				540,46
						6,71

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
		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
		свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук				

			зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. /					
			Лавровый лист					
			Котлета куриная "Пожарская"					
TTK	18963		Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. /	70	11,80	12,03	10,80	198,64
			Масло растительное					
			Рис отварной с овощами					
460/2013 Самар.обл.	6069		Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф 150	3,72	5,51	37,12	212,90	
			/ Масло растительное / Соль йодированная					
			Напиток из яблок п.с.					
TTK	20630		Вода / Яблоко свежее / Сахар песок /	200	0,01	0,01	15,30	61,39
			Лимонная кислота					
ttk	20107		Корж молочный 50г.	50	5,11	9,34	50,82	307,78
			Корж молочный 50г.					
PП	198		Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
			Хлеб пшеничный					
			Итого:	705	24,82	31,28	138,61	935,22
			Итого ХЕ:				11,55	
			Стоимость рациона:		128,14	руб.		

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

				Выход	Пищевая ценность			
				гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
			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					
			Котлета куриная "Пожарская"					
TTK	18963		Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. /	70	11,80	12,03	10,80	198,64
			Масло растительное					
			Рис отварной с овощами					
460/2013 Самар.обл.	6069		Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф	150	3,72	5,51	37,12	212,90

			/ Масло растительное / Соль йодированная				
			Напиток из яблок п.с.				
ТТК	20630	Вода / Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	15,30	61,39
ттк	20107	Корж молочный 50г. Корж молочный 50г.	50	5,11	9,34	50,82	307,78
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Итого:	705	24,82	31,28	138,61	935,22
		Итого ХЕ:				11,55	
Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств							
Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
		Холодные блюда		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	12722	Десерт фруктовый (киви) Киви	120	0,96	0,48	9,72	47,04
№ табл, 24/94	5086	Виноград свежий Виноград свежий в асс.	100	0,62	0,62	16,02	72,18
		Салат из крабовых палочек с рисом					
		Салат из крабовых палочек с рисом: (Яйцо					
ТТК	7268	свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Рис / Соль йодированная)	50	2,06	7,87	3,77	94,15
ТТК	19939	Яйцо под соусом с кукурузой Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Соус в ассортименте на основе	1/10/10	5,31	10,24	2,41	123,03
		растительного масла					
		Салат Оливье с ветчиной					
		Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее /					
Сб.рец.Москва 2022г.	20006	Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на	50	1,44	2,54	2,68	39,35

			основе растительного масла / Зелень (лук зел.укроп.петрушка))						
			Первые блюда						
			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						
			Вторые блюда						
			Медальоны куриные с сыром						
	13177		Медальоны куриные с сыром п/ф 64г. /	55	10,97	17,67	2,12	211,36	
			Масло растительное						
			Котлета куриная "Пожарская"						
TTK	18963		Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. /	70	11,80	12,03	10,80	198,64	
			Масло растительное						
			Гуляш из свинины (окорок)						
401/96	6465		Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф /	30/30	6,87	17,81	2,98	199,69	
			Масло растительное / Томатная паста в асс. /						
			Мука в/с / Соль йодированная						
TTK	17928		Блинчики Домашние с молоком сгущ.						
			Блинчики "Домашние" оболочка / Молоко	135/15	7,57	10,87	38,11	280,57	
			сгущенное						
			Гарниры и соусы						
460/2013	6069		Рис отварной с овощами						
Самар.обл.			Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф 150	3,72	5,51	37,12	212,90		
			/ Масло растительное / Соль йодированная						
469/96;516/3/0 4	1669		Макароны отварные						
			Вода / Макаронные изделия / Масло	150	5,65	4,29	36,02	205,29	
			растительное / Соль йодированная						
			Третьи блюда						
628/96г.	259		Чай с сахаром						
			Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай	200			14,97	66,18	

			черный (развесной)) / Сахар песок					
			Мучные изделия					
			Рулет с маком					
			Рулет с маком: (Яйцо свежее / Мука в/с /					
ТТК	19152		Вода / Мак семена / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	50	5,27	8,24	30,68	217,96
№775/04	278		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	60	4,54	5,28	36,87	213,16
Пром	350		Хлеб Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
			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