

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подoliaко В. И.

МЕНЮ

на 11.12.2025

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	10235	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	90	0,36	0,36	10,17	45,36
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
		Итого:	460	27,56	16,13	60,33	503,01
		Итого ХЕ:				5,03	

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
ТТК	17139	Бутерброд горячий с сыром Яйцо свежее / Батон / Сыр / Соус для детей в асс. / Масло сливочное	40	5,29	6,78	10,32	123,50
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47

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
		Итого:	410	32,63	22,60	58,46	567,78
		Итого ХЕ:				4,87	
		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
ТТК	17139	Бутерброд горячий с сыром Яйцо свежее / Батон / Сыр / Соус для детей в асс. / Масло сливочное	40	5,29	6,78	10,32	123,50
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
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
		Итого:	410	32,63	22,60	58,46	567,78
		Итого ХЕ:				4,87	

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	17139	Бутерброд горячий с сыром Яйцо свежее / Батон / Сыр / Соус для детей в асс. / Масло сливочное	40	5,29	6,78	10,32	123,50
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
ТТК	13514	Чай ягодный	200	0,14	0,05	12,95	52,81

Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай
черный (развесной)) / Ягода замороженная
(смесь) / Сахар песок

Итого: 410 32,63 22,60 58,46 567,78
Итого ХЕ: 4,87

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 макаронными изделиями					
139/96	239	Вода / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90
ТТК	20319	Котлета из говядины	70	9,11	12,96	6,35	178,48
		Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное					
317,529/97	1149	Гороховое пюре	100	11,30	3,32	23,61	169,52
		Горох / Масло растительное / Соль йодированная					
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с	200			6,99	27,94
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок					
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Хлеб пшеничный					
		Итого:	595	24,67	18,50	66,07	529,44
		Итого ХЕ:				5,51	

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
Таб.№24/96	5323	Десерт фруктовый (яблоко)	170	0,68	0,68	16,66	75,48

	8073	Яблоко свежее Огурец солёный Огурцы соленые	35	0,31	0,04	0,66	4,24
139/96	239	Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90
ТТК	20319	Котлета из говядины Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное	70	9,11	12,96	6,35	178,48
317,529/97	1702	Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная	150	16,83	4,79	35,18	251,15
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200			9,70	38,80
ТТК	20084	Печенье Овсяное Печенье овсяное	23	1,38	0,83	14,49	70,93
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Итого:	883	33,33	21,60	117,08	796,02
		Итого ХЕ:				9,76	

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	5323	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	170	0,68	0,68	16,66	75,48
	8073	Огурец солёный Огурцы соленые	35	0,31	0,04	0,66	4,24

		Суп картофельный с макаронными изделиями					
139/96	239	Вода / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90
ТТК	20319	Котлета из говядины	70	9,11	12,96	6,35	178,48
317,529/97	1702	Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное	150	16,83	4,79	35,18	251,15
ТТК	20528	Гороховое пюре					
ТТК	20528	Горох / Масло растительное / Соль йодированная	200			9,70	38,80
ТТК	20084	Напиток Витошка витаминизированный	23	1,38	0,83	14,49	70,93
ПП	198	Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Печенье Овсяное					
		Печенье овсяное					
		Хлеб пшеничный					
		Хлеб пшеничный					
		Итого:	883	33,33	21,60	117,08	796,02
		Итого ХЕ:				9,76	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Холодные блюда					
Таб.№24/96	12722	Десерт фруктовый (киви)	120	0,96	0,48	9,72	47,04
		Киви					
№ табл, 24/94	5086	Виноград свежий	100	0,62	0,62	16,02	72,18
		Виноград свежий в асс.					
		Салат из крабовых палочек с рисом					
ТТК	7268	Салат из крабовых палочек с рисом: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на	50	2,06	7,87	3,77	94,15

		основе растительного масла / Рис / Соль йодированная)					
		Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.)					
Сб.рец. Москва 2022г.	20030	Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.): (Лапша Фунчоза / Огурец свежий / Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжута в асс. / Соль йодированная)	75	0,13	4,13	0,44	39,51
		Салат картофельный с ветчиной (изд.прессов.горош.зел.огурец сол.соус)					
Сб.рец.Москва 2022г.	20007	Салат картофельный с ветчиной (изд.прессов.горош.зел.огурец сол.соус): (Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленые / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Соль йодированная)	75	1,64	2,23	9,77	65,69
		Первые блюда					
		Суп картофельный с макаронными изделиями					
139/96	239	Вода / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90
		Вторые блюда					
		Медальоны куриные с сыром					
	13177	Медальоны куриные с сыром п/ф 64г. / Масло растительное	55	10,97	17,67	2,12	211,36
ТТК	17748	Рулет Галантин с сыром	50	11,41	9,98	0,50	137,45
ТТК	20242	Рулет Галантин с сыром п/ф					
		Блинчики с вареной сгущенкой	170	27,20	15,77	35,19	391,47

		Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное						
		Плов из говядины						
403/96	18971	П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук 30/100 репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная	11,51	12,14	26,66		261,90	
		Гарниры и соусы						
		Картофель запеченный						
240/96	7309	Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18	174,82	
		Гороховое пюре						
317,529/97	1702	Горох / Масло растительное / Соль йодированная	150	16,83	4,79	35,18	251,15	
		Третьи блюда						
		Чай с сахаром						
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18	
		Мучные изделия						
		Булочка Домашняя						
№769/04	11807	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	
		Булочка с маком						
ТТК	5295	Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)	50	4,31	1,87	29,72	152,95	
		Хлеб						
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	
		Хлеб пшеничный						
		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