

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 15.12.2025

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 блода	Наименование	Выход	Пищевая ценность		
			гр.	Белки	Жиры	Углеводы
Таб №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	6,97	6,53	12,99 138,61
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная Чай лимонный	200/5	8,35	9,82	34,12 258,26
№629/96	264	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	0,08	0,01	15,21	61,25
TTK	20084	Печенье Овсяное Печенье овсяное	23	1,38	0,83	14,49 70,93
		Итого:	468	16,78	17,19	76,81 529,05
		Итого ХЕ:				6,40

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

Сборник рецептур	Код блода	Наименование	Выход	Пищевая ценность		
			гр.	Белки	Жиры	Углеводы
Таб. №24/96	12267	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	95	0,38	0,29	9,79 43,29
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар	200/5	8,35	9,82	34,12 258,26

		песок / Соль йодированная				
		Чай с сахаром				
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок		14,97	66,18	
TTK	20084	Печенье Овсяное	23	1,38	0,83	14,49
		Печенье овсяное				70,93
TTK	16323	Бутерброд с сыром (батон)	20/25	6,75	6,92	12,85
		Батон / Сыр				140,67
		Итого:	568	16,86	17,86	86,22
		Итого ХЕ:				579,33
		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
Таб. №24/96	12267	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	95	0,38	0,29	9,79
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35	9,82	34,12
		Чай с сахаром				258,26
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок		14,97	66,18	
TTK	20084	Печенье Овсяное	23	1,38	0,83	14,49
		Печенье овсяное				70,93
TTK	16323	Бутерброд с сыром (батон)	20/25	6,75	6,92	12,85
		Батон / Сыр				140,67
		Итого:	568	16,86	17,86	86,22
		Итого ХЕ:				579,33
				7,19		

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.	12267	Десерт фруктовый (груша)	95	0,38	0,29	9,79
						43,29

№24/96		Груша свежая						
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35	9,82	34,12	258,26	
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок			14,97	66,18		
TTK	20084	Печенье Овсяное Печенье овсяное	23	1,38	0,83	14,49	70,93	
TTK	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67	
		Итого:	568	16,86	17,86	86,22	579,33	
		Итого ХЕ:				7,19		

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
139/96	239	Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель п/ф / Макаронные 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
TTK	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
464/96	1958	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	3,05	3,33	14,75	101,17
TTK	19810	Чай с сахаром п/с Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок			6,99	27,94	
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88

Итого:	590	18,73	17,54	59,20	469,54
Итого ХЕ:				4,93	

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

Сборник рецептур Таб. №24/96	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	
	5191	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	80	0,32	0,24	8,24	36,40
		Суп картофельный с макаронными изделиями					
		Вода / Картофель п/ф / Макаронные изделия /					
139/96	239	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
		Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (овощное сote)					
		Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) /					
TTK	20400	овощное сote: (Капуста свежая п/ф (очищенная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Перец болгарский заморож. (кубик) / Масло растительное / Соль йодированная)	70/20	12,19	13,06	12,24	215,21
		Каша гречневая вязкая					
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
		Напиток из сливы зам.п.с.,					
TTK	20633	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
		Трубочка слоёная в ассортименте					
TTK	14182	Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	1,64	5,74	14,41	115,86
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Хлеб пшеничный					
		Итого:	780	23,11	26,11	102,54	737,58

Итого ХЕ: 8,55

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 №24/96	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность		
				Белки	Жиры	Углеводы
Таб. №24/96	5191	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	80	0,32	0,24	8,24 36,40
		Суп картофельный с макаронными изделиями				
		Вода / Картофель п/ф / Макаронные изделия /				
139/96	239	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
		Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (овощное сote)				
		Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) /				
TTK	20400	овощное сote: (Капуста свежая п/ф (очищенная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Перец болгарский заморож. (кубик) / Масло растительное / Соль йодированная)	70/20	12,19	13,06	12,24 215,21
		Каша гречневая вязкая				
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12 150,09
		Напиток из сливы зам.п.с.,				
TTK	20633	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41 66,53
		Трубочка слоёная в ассортименте				
TTK	14182	Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	1,64	5,74	14,41 115,86
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30 58,60
		Итого:	780	23,11	26,11	102,54 737,58

Итого ХЕ:

8,55

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность		
				Белки	Жиры	Углеводы
		Холодные блюда				Ккал
Таб. №24/96	12722	Десерт фруктовый (киви) Киви	120	0,96	0,48	9,72 47,04
Таб. №24/96	7365	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	130	1,04	0,26	9,75 45,50
Сб.рец. Москва 2022г.	20030	Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.) Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.): (Лапша Фунчоза / Огурец свежий / Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжути в асс. / Соль йодированная) Салат "Степной"	75	0,13	4,13	0,44 39,51
43/97	7239	Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / 100 Лук репчатый п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла Яйцо под соусом с кукурузой	2,05	6,88	9,06	106,36
TTK	19939	Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Соус 1/10/10 5,31 в ассортименте на основе растительного масла Первые блюда Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель п/ф / Макаронные изделия /	10,24	2,41		123,03
139/96	239	Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло 200 растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист Вторые блюда Котлета куриная "Пожарская"	2,36	2,02	16,82	94,90
TTK	18963	Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло 70 растительное	11,80	12,03	10,80	198,64
114/96	20389	Фрикадельки из говядины с соусом томатным	50/50	8,23	10,04	7,44 152,99

			Фрикадельки из говядины / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное Жаркое по-домашнему из свинины б/к (лопатка) Картофель п/ф / Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист					
394/96	20142			30/125	8,61	20,07	17,58	285,35
TTK	20242		Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное Гарниры и соусы Каша гречневая вязкая	170	27,20	15,77	35,19	391,47
464/96	3714		Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
469/96;516 /3/04	1669		Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная Третья блюда Компот из яблок	150	5,65	4,29	36,02	205,29
698/97	261		Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота Чай с сахаром	200	0,18	0,18	28,40	115,94
628/96г.	259		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок Мучные изделия Булочка Домашняя		14,97		66,18	
№769/04	342		Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло	50	3,95	6,56	31,06	199,08

		растительное					
		Трубочка слоёная в ассортименте					
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 35	1,64	5,74	14,41	115,86	
		42г. / Яйцо свежее					
		Хлеб					
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		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