

Согласовано

:

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

Подoliaко В. И.

МЕНЮ

на 17.12.2025

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
		Голубцы ленивые куриные с соусом томатным					
		Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. /					
ТТК	20427	Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	50/40	6,38	9,43	5,47	132,27
		Картофель запеченный					
240/96	7309	Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18	174,82
		Чай с сахаром					
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
		Хлеб пшеничный					
	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
		Печенье сдобное по-домашнему 24гр					
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
		Итого:	509	14,54	22,95	81,26	596,05
		Итого ХЕ:				6,77	

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	20427	Голубцы ленивые куриные с соусом томатным Голубцы ленивые с мясом курицы / 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	50/40	6,38	9,43	5,47	132,27
240/96	7309	Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18	174,82
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого:			480	12,51	16,61	65,30	467,03
Итого ХЕ:						5,44	

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	20427	Голубцы ленивые куриные с соусом томатным Голубцы ленивые с мясом курицы / 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	50/40	6,38	9,43	5,47	132,27
240/96	7309	Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль	150	3,09	6,86	25,18	174,82

628/96г.	259	йодированная Чай с сахаром						
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97		66,18
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68		93,76
		Хлеб пшеничный						
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр	24	1,65	6,30	13,50		117,30
		Печенье сдобное по-домашнему						
Таб. №24/96	5324	Десерт фруктовый (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76		53,28
		Яблоко свежее						
		Итого:	624	14,64	23,39	90,56		637,61
		Итого ХЕ:				7,55		
		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	
		Голубцы ленивые куриные с соусом томатным						
		Голубцы ленивые с мясом курицы / 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	50/40	6,38	9,43	5,47		132,27
		Картофель запеченный						
240/96	7309	Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18		174,82
		Чай с сахаром						
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97		66,18
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68		93,76
пром	2974	Хлеб пшеничный						
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр	24	1,65	6,30	13,50		117,30

Таб. №24/96	5324	Печенье сдобное по-домашнему Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	120	0,48	0,48	11,76	53,28
		Итого:	624	14,64	23,39	90,56	637,61
		Итого ХЕ:				7,55	

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	20427	Голубцы ленивые куриные с соусом томатным Голубцы ленивые с мясом курицы / 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	50/40	6,38	9,43	5,47	132,27
240/96	7309	Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18	174,82
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
Таб. №24/96	5324	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	120	0,48	0,48	11,76	53,28
		Итого:	624	14,64	23,39	90,56	637,61
		Итого ХЕ:				7,55	

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

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 Спагетти (макароны)отварные с соусом Болоньезе	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	17768	Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная)	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18
Таб №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые	20	0,16	0,02	0,34	2,18
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Итого:	665	17,65	22,93	89,65	641,91
		Итого ХЕ:				7,47	

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
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 Спагетти (макароны)отварные с соусом Болоньезе	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	17768	Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18

		(макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная)					
	12142	Огурец солёный	60	0,53	0,07	1,13	7,27
		Огурцы соленые					
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,75	68,20
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Хлеб пшеничный					
		Сырная палочка					
ТТК	8986	Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	30	3,81	2,94	14,64	100,26
		Итого:	740	22,41	26,01	109,32	761,00
		Итого ХЕ:				9,11	
		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 / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
		Спагетти (макароны)отварные с соусом Болоньезе					
ТТК	17768	Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Масло растительное / Морковь свежая	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18

		п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная)					
	12142	Огурец солёный	60	0,53	0,07	1,13	7,27
		Огурцы соленые					
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20
		Вода / Апельсины свежие / Сахар песок					
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Хлеб пшеничный					
		Сырная палочка					
ТТК	8986	Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок	30	3,81	2,94	14,64	100,26
		/ Масло растительное / Дрожжи прессованные /					
		Соль йодированная / Масло растительное					
Таб. №24/96	8277	Десерт фруктовый (груша)	70	0,28	0,21	7,21	31,85
		Груша свежая					
		Итого:	810	22,69	26,22	116,53	792,85
		Итого ХЕ:				9,71	
		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					
		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	122,49
		Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль					
		йодированная / Лавровый лист					
		Спагетти (макароны)отварные с соусом					
		Болоньезе					
ТТК	17768	Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18
		(макароны) / Масло растительное / Соль					
		йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый					
		п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) /					
		Вода / Масло растительное / Морковь свежая					
		п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. /					

		Чеснок / Соль йодированная)					
	12142	Огурец солёный	60	0,53	0,07	1,13	7,27
		Огурцы соленые					
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20
		Вода / Апельсины свежие / Сахар песок					
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Хлеб пшеничный					
		Сырная палочка					
ТТК	8986	Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок	30	3,81	2,94	14,64	100,26
		/ Масло растительное / Дрожжи прессованные /					
		Соль йодированная / Масло растительное					
Таб. №24/96	8277	Десерт фруктовый (груша)	70	0,28	0,21	7,21	31,85
		Груша свежая					
		Итого:	810	22,69	26,22	116,53	792,85
		Итого ХЕ:				9,71	

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					
138/96	169	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					
		Спагетти (макароны)отварные с соусом					
		Болоньезе					
		Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти					
		(макароны) / Масло растительное / Соль					
ТТК	17768	йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18
		п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) /					
		Вода / Масло растительное / Морковь свежая					
		п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. /					
		Чеснок / Соль йодированная)					
	12142	Огурец солёный	60	0,53	0,07	1,13	7,27

		Огурцы соленые					
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20
		Вода / Апельсины свежие / Сахар песок					
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Хлеб пшеничный					
		Сырная палочка					
ТТК	8986	Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок	30	3,81	2,94	14,64	100,26
		/ Масло растительное / Дрожжи прессованные /					
		Соль йодированная / Масло растительное					
		Итого:	740	22,41	26,01	109,32	761,00
		Итого ХЕ:				9,11	

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