

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 18.12.2025

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	Пищевая ценность
			гр.	Белки Жиры Углеводы Ккал
TTK	20544	Пудинг из творога с молоком сгущ. Яйцо свежее / творог / Вода / Молоко сгущенное / Крупа манная / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Сухари панировочные / Ванилин Чай ягодный	150/15	16,25 12,48 28,29 290,49
TTK	13514	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14 0,05 12,95 52,81
TTK	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное Итого: Итого ХЕ:	32	2,40 3,14 23,81 133,06
			397	18,79 15,67 65,04 476,36
				5,42

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
Таб.№24/96	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	85	0,34 0,26 8,76 38,74
TTK	20544	Пудинг из творога с молоком сгущ.	150/15	16,25 12,48 28,29 290,49

Яйцо свежее / творог / Вода / Молоко  
 сгущенное / Крупа манная / Сахар песок /  
 Масло растительное / Соль йодированная /  
 Сухари панировочные / Ванилин  
 Чай ягодный

TTK	13514	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
TTK	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06
		Итого:	482	19,13	15,93	73,80	515,10
		Итого ХЕ:				6,15	
		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			
Таб.№24/96	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая Пудинг из творога с молоком сгущ.	85	0,34	0,26	8,76	38,74
TTK	20544	Яйцо свежее / творог / Вода / Молоко сгущенное / Крупа манная / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Сухари панировочные / Ванилин Чай ягодный	150/15	16,25	12,48	28,29	290,49
TTK	13514	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
TTK	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06
		Итого:	482	19,13	15,93	73,80	515,10
		Итого ХЕ:				6,15	

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
Таб.№24/96	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая Пудинг из творога с молоком сгущ. Яйцо свежее / творог / Вода / Молоко	85	0,34 0,26 8,76 38,74
TTK	20544	сгущенное / Крупа манная / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Сухари панировочные / Ванилин Чай ягодный	150/15	16,25 12,48 28,29 290,49
TTK	13514	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14 0,05 12,95 52,81
TTK	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное Итого: Итого ХЕ:	32 482	2,40 3,14 23,81 515,10 6,15

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
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52 4,11 7,35 72,47
469/04	632	Фрикадельки из мяса птицы,говядина Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Молоко / Хлеб в	55	9,09 8,72 7,86 146,28

			ассортименте / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная Картофельное пюре					
472/96	145		Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная Чай с сахаром п/с	100	2,20	3,44	14,70	98,56
ТТК	19810		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		6,99	27,94	
ПП	365		Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
			Итого:	580	14,71	16,47	49,20	403,85
			Итого ХЕ:				4,10	

Обед 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	
		Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом томатным Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Молоко / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная) / 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)	200	1,52	4,11	7,35	72,47	
120/96	171							
469/04	20421			55/40	9,47	10,75	10,33	175,97

472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная Напиток из сливы зам.п.с.,	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	20633	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота Хачапури	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ТТК	7193	Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50	7,11	6,32	20,36	166,76
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Итого: Итого ХЕ: Стоимость рациона:	40	3,04	0,32	19,68	93,76
				735	24,56	26,52	96,19
							721,74
							8,02
							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	Пищевая ценность			
			гр.	Белки	Жиры	Углеводы	
				Ккал			
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом томатным Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Молоко / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. /	200	1,52	4,11	7,35	72,47
469/04	20421		55/40	9,47	10,75	10,33	175,97

			Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) Картофельное пюре					
472/96	549		Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	20633		Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ТТК	7193		Хачапури Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50	7,11	6,32	20,36	166,76
пром	2974		Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Итого: Итого ХЕ:	40	3,04	0,32	19,68	93,76
				735	24,56	26,52	96,19	721,74
							8,02	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность		
				Белки	Жиры	Углеводы
		Холодные блюда				
Таб.№24/96	12722	Десерт фруктовый (киви) Киви	120	0,96	0,48	9,72
Таб.№24/96	7365	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	130	1,04	0,26	9,75
		Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой				
40/97	11819	Помидор свежий / Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф	80	0,65	4,07	2,91
Сб.рец.Москва 2022г.	20007	Салат картофельный с ветчиной (изд.прессов.горош.зел.огурец сол.соус)	75	1,64	2,23	9,77
						65,69

			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) Салат из свежей капусты с зел.горошком и луком					
TTK	7136		Яйцо свежее / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная Первые блюда Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист Вторые блюда Поджарка из свинины	100	4,13	10,30	5,86	132,66
120/96	171			200	1,52	4,11	7,35	72,47
376/96	20012		Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная Котлета куриная "Пожарская"	40/7,5	8,70	23,05	1,20	247,08
TTK	18963		Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное Фрикадельки из говядины с соусом томатным	70	11,80	12,03	10,80	198,64
114/96	20389		Фрикадельки из говядины / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук	50/50	8,23	10,04	7,44	152,99

		репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное Гарниры и соусы Каша гречневая вязкая						
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09	
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная Третью блюда Чай с сахаром	150	5,65	4,29	36,02	205,29	
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок Мучные изделия	200			14,97	66,18	
ТТК	19308	Булочка Волжанка Булочка Волжанка 50г Рулет с маком	50	3,75	3,00	30,00	162,00	
ТТК	19152	Рулет с маком: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Мак семена / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное) Хлеб	50	5,27	8,24	30,68	217,96	
Пром	350	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