

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 23.12.2025

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
TTK	20510	Котлета Мясная	90	9,18	11,22	14,28
		Котлеты Мясные / Масло растительное				194,82
		Спагетти (макароны) отварные				
469/96	15763	Спагетти (макароны) / Масло растительное /	150	5,60	5,66	35,88
		Соль йодированная				216,84
		Чай с сахаром				
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		14,97	66,18
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22
		Хлеб пшеничный				82,04
		Итого:	475	17,44	17,16	82,35
		Итого ХЕ:				559,88
						6,86

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
Таб.24/96	9025	Десерт фруктовый (апельсин)	110	0,99	0,22	8,91
		Апельсины свежие				41,58
TTK	20510	Котлета Мясная	90	9,18	11,22	14,28
		Котлеты Мясные / Масло растительное				194,82

469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные						
		Спагетти (макароны) / Масло растительное /	150	5,60	5,66	35,88	216,84	
		Соль йодированная						
		Чай с сахаром						
628/96г.	259	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						
		Итого:	590	18,81	17,42	93,72	613,18	
		Итого ХЕ:				7,81		
		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
Таб.24/96	9025	Десерт фруктовый (апельсин)	110	0,99	0,22	8,91
		Апельсины свежие				41,58
ТТК	20510	Котлета Мясная	90	9,18	11,22	14,28
		Котлеты Мясные / Масло растительное				194,82
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные				
		Спагетти (макароны) / Масло растительное /	150	5,60	5,66	35,88
		Соль йодированная				216,84
		Чай с сахаром				
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68
		Хлеб пшеничный				93,76
		Итого:	590	18,81	17,42	93,72
		Итого ХЕ:			7,81	

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

Таб.24/96	9025	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	110	0,99	0,22	8,91	41,58
TTK	20510	Котлета Мясная Котлеты Мясные / Масло растительное Спагетти (макароны) отварные	90	9,18	11,22	14,28	194,82
469/96	15763	Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная Чай с сахаром	150	5,60	5,66	35,88	216,84
628/96г.	259	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:	590	18,81	17,42	93,72	613,18
		Итого ХЕ:				7,81	

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 / 200 Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	4,83	4,41	15,87	122,49
TTK	20552	Спагетти мясное отварные Спагетти мясное Лада Картофельное пюре	60	8,06	10,54	1,86
472/96	145	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная Чай с сахаром	100	2,20	3,44	14,70
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68
		Итого:	600	18,13	18,71	67,08
						515,53

Итого ХЕ: 5,59

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
Таб.№24/96	7016	Десерт фруктовый (яблоко)	175	0,70	0,70	17,15
		Яблоко свежее				77,70
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /	200	4,83	4,41	15,87
		Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист				122,49
ТТК	20552	Спагетти мясное отварные Спагетти мясное Лада Картофельное пюре	60	8,06	10,54	1,86
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная Чай лимонный	150	3,30	4,98	22,06
№629/96	264	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки КМ в асс	22	0,70	2,40	8,30
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30
		Итого:	832	19,57	23,24	92,75
		Итого ХЕ:				658,44
		Стоимость рациона:				7,73
						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
Таб.№24/96	7016	Десерт фруктовый (яблоко)	175	0,70	0,70	17,15
		Яблоко свежее				77,70

138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / 200 Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	4,83	4,41	15,87	122,49	
TTK	20552	Спагетти мясное отварные Спагетти мясное Лада Картофельное пюре	60	8,06	10,54	1,86	134,54
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная Чай лимонный	150	3,30	4,98	22,06	146,26
№629/96	264	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21	61,25
TTK	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки КМ в асс	22	0,70	2,40	8,30	57,60
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Итого: Итого ХЕ:	25	1,90	0,20	12,30	58,60
			832	19,57	23,24	92,75	658,44
						7,73	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
		Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой					
40/97	10563	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф)	60	0,58	3,07	2,72	40,83
№ табл, 24/94	5086	Виноград свежий	100	0,62	0,62	16,02	72,18
Таб.№24/96	7773	Виноград свежий в асс. Десерт фруктовый (груша)	110	0,44	0,33	11,33	50,05

			Груша свежая						
			Салат Оливье с ветчиной						
			Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее /						
			Изделие кулинарное мясное Мясо						
Сб.рец.Москва 2022г.	20006		прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный /	50	1,44	2,54	2,68	39,35	
			Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Зелень (лук зел.укроп.петрушка))						
			Яйцо под соусом с кукурузой						
TTK	19939		Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Соус в ассортименте на основе растительного масла	1/10/10	5,31	10,24	2,41	123,03	
			Первые блюда						
			Суп картофельный с горохом						
			Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /	200	4,83	4,41	15,87	122,49	
138/96	169		200	4,83	4,41	15,87	122,49		
			Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист						
			Вторые блюда						
			Поджарка из свинины						
376/96	20012		Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. /	40/7,5	8,70	23,05	1,20	247,08	
			Соль йодированная						
TTK	20552		Спагетти мясное отварные	60	8,06	10,54	1,86	134,54	
			Спагетти мясное Лада						
TTK	20510		Котлета Мясная	90	9,18	11,22	14,28	194,82	
			Котлеты Мясные / Масло растительное						
			Рис оригинальный с мясом птицы						
TTK	19887		Котлетное мясо птицы / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /	40/150	14,75	14,29	41,67	354,32	
			Томатная паста в асс. / Соль йодированная						
			Гарниры и соусы						
472/96	549		Картофельное пюре	150	3,30	4,98	22,06	146,26	

		Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная Каша перловая с овощами Каша перловая с овощами: (Вода / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая 180 п/ф / Масло растительное / Соль йодированная) Третью блюда Чай с сахаром	4,34	18,49	29,91	303,41
ТТК	18745	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок Мучные изделия Булочка Ароматная Булочка Ароматная: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное /	200	14,97	66,18
628/96г.		13488	Сахар песок / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло растительное / Сахарная пудра / Масло растительное / Корица молотая / Соль йодированная) Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок /	30	2,74	3,11
ТТК	175		Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное Хлеб	50	31,17	170,39
ПП	365		Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20
		Стоимость рациона:		12,30	58,60	
Зав.производством		Шевченко Ирина Евгеньевна	145 руб.			
Ответственный за питание		/	/			

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Россия, 445043, Самарская обл., г.Тольятти, ул.Северная,

35

E-mail: eda0910@mail.ru

