

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 24.12.2025

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
Таб.№24/96	8074	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	33,30
		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным					
		Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус					
TTK	20538	Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное Чай с сахаром п/с	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
TTK	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		6,99	27,94	
		Итого:	425	17,59	18,46	63,79	491,67
		Итого ХЕ:			5,32		

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

		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным				
TTK	20538	Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное Чай с сахаром п/с	130/20	17,29	18,16	49,45
						430,43
TTK	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		6,99	27,94
TTK	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему Итого: Итого ХЕ: Стоимость рациона:	24	1,65	6,30	13,50
			459	19,28	24,72	78,70
						614,41
						6,56
						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
Таб.№24/96	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным	85	0,34	0,26	8,76	38,74
TTK	20538	Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное Чай с сахаром п/с	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
TTK	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		6,99	27,94	
TTK	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему Итого:	24	1,65	6,30	13,50	117,30
			459	19,28	24,72	78,70	614,41

Итого ХЕ: 6,56

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.№24/96	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус	85	0,34	0,26	8,76 38,74
TTK	20538	Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное Чай с сахаром п/с	130/20	17,29	18,16	49,45 430,43
TTK	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной) / Сахар песок	200		6,99	27,94
TTK	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему Итого: Итого ХЕ:	24	1,65	6,30	13,50 117,30
			459	19,28	24,72	78,70 614,41
						6,56

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
82/07 ДeЛи принт	15246	Борщ из свежей капусты с картофелем Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	1,55	4,11	10,25 84,23

		Тефтели с соусом (говядина,курица,хлеб) Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / 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) / Лук репчатый п/ф / Вода / Хлеб пшеничный / Мука в/с / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная Каша гречневая вязкая	60/30	9,26	11,49	10,55	182,65
422/96	3160	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная Чай с сахаром	100	3,05	3,33	14,75	101,17
464/96	1958	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		14,97	66,18	
628/96г.	259	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ПП	12649	Хлеб в ассортименте Итого: Итого ХЕ:	610	15,38	19,09	60,36	481,11
						5,03	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность
ТТК	18501	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие Борщ из свежей капусты с картофелем Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист	95	Белки Жиры Углеводы Ккал
82/07 ДeЛи принт	15246		200	1,55 4,11 10,25 84,23

		Фрикадельки из говядины с соусом томатным						
		Фрикадельки из говядины / Соус томатный:						
		(Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая						
114/96	20389	п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	50/50	8,23	10,04	7,44	152,99	
		Каша гречневая вязкая						
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная Чай с сахаром	150	4,58	4,81	22,12	150,09	
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок Трубочка слоёная в ассортименте	200		14,97	66,18		
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	
TTK	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62	
		Итого:	825	20,12	25,35	97,15	703,48	
		Итого ХЕ:				8,10		
		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
TTK	18501	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	95	0,86	0,19	7,70
		Борщ из свежей капусты с картофелем				
82/07 ДeЛи принт	15246	Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /	200	1,55	4,11	10,25
						84,23

		Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист						
		Фрикадельки из говядины с соусом томатным						
		Фрикадельки из говядины / Соус томатный:						
		(Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая						
114/96	20389	п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	50/50	8,23	10,04	7,44	152,99	
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09	
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		14,97		66,18	
TTK	14182	Трубочка слоёная в ассортименте 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	
TTK	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62	
		Итого:	825	20,12	25,35	97,15	703,48	
		Итого ХЕ:				8,10		

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность		
				Белки	Жиры	Углеводы
Холодные блюда						
40/97	6353	Салат из свежих помидоров и огурцов с соусом Салат из свежих помидоров и огурцов с соусом : (Помидор свежий / Огурец свежий /	50	0,76	6,78	2,14
						72,62

			Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная)					
Таб.№24/96	7365	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие		130	1,04	0,26	9,75	45,50
Таб.№24/96	8952	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие Салат картофельный с ветчиной (изд.прессов.горош.зел.огурец сол.соус)		110	1,65	0,55	23,10	103,95
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) Яйцо под соусом с капустой пек.		75	1,64	2,23	9,77	65,69
ТТК	19940	Яйцо свежее / Капуста пекинская / Соус в ассортименте на основе растительного масла Первые блюда Борщ из свежей капусты с картофелем Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист Вторые блюда Макароны отварные с мясом прессованным и томатом	1/10/10	5,10	10,27	0,80	115,98	
82/07 ДeЛи принт	15246			200	1,55	4,11	10,25	84,23
Москва 2022г.	20135	Макароны отварные с мясом прессованным и томатом : (Спагетти (макароны) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Лук		200	8,22	10,60	43,05	300,53

		репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр / Томатная паста в асс. / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Чеснок / Соль йодированная) Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус						
TTK	20538	Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное Фрикадельки из говядины с соусом томатным Фрикадельки из говядины / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43	
114/96	20389	п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное Наггетсы куриные рубленые	50/50	8,23	10,04	7,44	152,99	
TTK	16856	Наггетсы куриные рубленые п/ф 51г. / Масло растительное Гарниры и соусы Каша гречневая вязкая	45	9,38	9,50	2,02	131,10	
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 Третий блюда Компот из яблок	150	5,65	4,29	36,02	205,29	
698/97	261	Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,18	0,18	28,40	115,94	
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай	200		14,97	66,18		

		черный (развесной)) / Сахар песок						
		Мучные изделия						
		Рожок обсыпной						
ТТК	2316	Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	4,04	3,38	29,56	164,82	
		Булочка Десертная (повидло)						
		Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее /						
ТТК	1202	Молоко / Повидло в асс. / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,90	3,72	32,17	177,76	
		Хлеб						
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
		Хлеб в ассортименте						

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