

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

\_\_\_\_ Подоляко В. И.

## МЕНЮ

на 25.12.2025

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 гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Табл.4/96	2372	Каша молочная пшеничная с маслом	150/5	6,44	7,38	31,38	217,70
		Молоко / Вода / Крупа пшено / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная					
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок					
ТТК	20716	Пирожное сдобное Школьное 50гр.	50	4,00	12,50	24,50	226,50
		Пирожное сдобное Школьное 50гр.					
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное	10	0,12	0,21		2,35
		(изд.кул.мясное)					
ПП	12649	Мясо прессованное	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб пшеничный					
		Хлеб в ассортименте					
		Итого:	435	12,08	20,25	80,69	559,61
		Итого ХЕ:				6,72	

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
Таб.	12131	Десерт фруктовый (груша)	85	0,34	0,26	8,76	38,74

№24/96		Груша свежая					
Табл.4/96	2372	Каша молочная пшенная с маслом					
		Молоко / Вода / Крупа пшено / Масло сливочное 150/5	6,44	7,38	31,38	217,70	
		/ Сахар песок / Соль йодированная					
		Чай с сахаром					
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200			14,97	66,18	
		(развесной)) / Сахар песок					
ТТК	20716	Пирожное сдобное Школьное 50гр.	50	4,00	12,50	24,50	226,50
		Пирожное сдобное Школьное 50гр.					
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное					
		(изд.кул.мясное)	10	0,12	0,21		2,35
		Мясо прессованное					
		Итого:	520	12,42	20,51	89,45	598,35
		Итого ХЕ:				7,45	
		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				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	12131	Десерт фруктовый (груша)	85	0,34	0,26	8,76	38,74
		Груша свежая					
Табл.4/96	2372	Каша молочная пшенная с маслом					
		Молоко / Вода / Крупа пшено / Масло сливочное 150/5	6,44	7,38	31,38	217,70	
		/ Сахар песок / Соль йодированная					
		Чай с сахаром					
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200			14,97	66,18	
		(развесной)) / Сахар песок					
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное					
		(изд.кул.мясное)	10	0,12	0,21		2,35
		Мясо прессованное					

ТТК	20716	Пирожное сдобное Школьное 50гр.	50	4,00	12,50	24,50	226,50
		Пирожное сдобное Школьное 50гр.					
		Итого:	520	12,42	20,51	89,45	598,35
		Итого ХЕ:				7,45	

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			
Таб. №24/96				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	12131	Десерт фруктовый (груша)	85	0,34	0,26	8,76	38,74
		Груша свежая					
		Каша молочная пшенная с маслом					
Табл.4/96	2372	Молоко / Вода / Крупа пшено / Масло сливочное	150/5	6,44	7,38	31,38	217,70
		/ Сахар песок / Соль йодированная					
		Чай с сахаром					
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
		Мясо прессованное порционное					
ТТК	20365	(изд.кул.мясное)	10	0,12	0,21		2,35
		Мясо прессованное					
ТТК	20716	Пирожное сдобное Школьное 50гр.	50	4,00	12,50	24,50	226,50
		Пирожное сдобное Школьное 50гр.					
		Итого:	520	12,42	20,51	89,45	598,35
		Итого ХЕ:				7,45	

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
		Суп лапша домашняя					
		Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с /					
№ 151/94	1266	Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая	200	2,43	4,63	12,02	99,47
		п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф /					
		Масло растительное / Морковь свежая п/ф /					

401/96	11664	Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная	40/40	12,20	14,10	2,54	185,86
№464/94;5 10/3/2004	3199	Каша перловая вязкая Вода / Крупа перловая / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная Чай с сахаром	150	3,02	3,98	22,97	139,78
628/96г.	259	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:	650	19,17	22,87	62,34	538,17
		Итого ХЕ:				5,20	

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	Ккал
	8277	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая Суп лапша домашняя Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая	70	0,28	0,21	7,21	31,85
№ 151/94	1266	п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с /	200	2,43	4,63	12,02	99,47
№ 401/96	13222		50/50	15,16	17,63	2,67	229,99

№464/94;5 10/3/2004	3199	Соль йодированная Каша перловая вязкая Вода / Крупа перловая / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная Чай с сахаром	150	3,02	3,98	22,97	139,78
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	7035	Вафли порционные 1шт. Вафли в асс.	18	1,03	5,22	11,16	95,74
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Итого:	763	23,82	31,87	83,30	721,61
		Итого ХЕ:				6,94	
		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 Таб. №24/96	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	8277	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	70	0,28	0,21	7,21	31,85
№ 151/94	1266	Суп лапша домашняя Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист Гуляш из говядины	200	2,43	4,63	12,02	99,47
№ 401/96	13222	П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная	50/50	15,16	17,63	2,67	229,99
№464/94;5 10/3/2004	3199	Каша перловая вязкая Вода / Крупа перловая / Масло растительное /	150	3,02	3,98	22,97	139,78

		Сахар песок / Соль йодированная					
		Чай с сахаром					
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок				14,97	66,18
ТТК	7035	Вафли порционные 1шт.	18	1,03	5,22	11,16	95,74
		Вафли в асс.					
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Хлеб пшеничный					
		Итого:	763	23,82	31,87	83,30	721,61
		Итого ХЕ:				6,94	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Холодные блюда					
		Салат Цезарь (котл.мясо птицы,капуста пек,соус)					
Сб.рец. Москва 2022г.	2011	Салат Цезарь (котл.мясо птицы,капуста пек,соус): (Котлетное мясо птицы / Капуста пекинская / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Хлеб пшеничный / Сыр / Соль йодированная)	50	5,81	9,63	5,98	133,84
		Салат "Ароматный"					
49/2013	9059	Салат "Ароматный": (Огурец свежий / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Масло растительное / Вода / Лук репчатый п/ф / Лимонная кислота)	85	1,09	8,50	2,92	92,54
		Салат из свежих помидоров с луком					
19/2004	9552	Салат из свежих помидоров с луком: (Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная))	80	0,90	4,07	4,50	58,23
№ табл, 24/94	5086	Виноград свежий	100	0,62	0,62	16,02	72,18
Таб. №24/96	12722	Виноград свежий в асс.					
		Десерт фруктовый (киви)	120	0,96	0,48	9,72	47,04
		Киви					

		Первые блюда					
		Суп лапша домашняя					
		Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с /					
		Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая					
№ 151/94	1266	п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф /	200	2,43	4,63	12,02	99,47
		Масло растительное / Морковь свежая п/ф /					
		Соль йодированная / Зелень (лук					
		зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист					
		Вторые блюда					
		Гуляш из говядины					
		П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины					
401/96	12778	категории А / Лук репчатый п/ф / Масло	30/30	9,06	10,57	1,38	136,89
		растительное / Соль йодированная / Мука в/с /					
		Томатная паста в асс.					
		Котлета натур.куриная на косточке					
ТТК	13432	Котлета натур.куриная на косточке / Масло	75	18,86	22,29	0,23	276,97
		растительное					
		Медальоны куриные с сыром					
	13177	Медальоны куриные с сыром п/ф 64г. / Масло	55	10,97	17,67	2,12	211,36
		растительное					
		Блинчики Домашние с молоком сгущ.					
ТТК	17928	Блинчики "Домашние" оболочка / Молоко	135/15	7,57	10,87	38,11	280,57
		сгущенное					
		Гарниры и соусы					
		Рагу овощное с соусом томатным					
		Картофель п/ф / Соус томатный: (Вода /					
		Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф /					
215/96	3794	Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый	125	1,73	7,09	12,78	121,85
		п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль					
		йодированная) / Капуста свежая п/ф					
		(очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая					
		п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /					
		Соль йодированная / Лавровый лист					
317,529/97	1702	Гороховое пюре	150	16,83	4,79	35,18	251,15

		Горох / Масло растительное / Соль йодированная Третьи блюда Чай с сахаром						
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок				14,97	66,18	
		Мучные изделия Булочка Золотистая						
ТТК	3147	Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Повидло в асс. / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,18	4,19	30,19	175,19	
		Булочка Домашняя						
№769/04	11807	Булочка Домашняя: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука 30 в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная)		2,36	3,87	18,52	118,35	
		Хлеб						
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88	

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