

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 30.12.2025

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<br>рецептур | Код<br>блюда | Наименование  | Выход<br>гр. | Пищевая ценность |       |          |
|---------------------|--------------|---|--------------|------------------|-------|----------|
|                     |              |   |              | Белки            | Жиры  | Углеводы |
|                     |              | Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом<br>томатным   |              |                  |       |          |
|                     |              | Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш<br>Особый п/ф замороженный (мясо<br>птицы,говядина) / Молоко / Хлеб в ассортименте  |              |                  |       |          |
| 469/04              | 20421        | / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый 55/40<br>п/ф / Соль йодированная) / Соус томатный:<br>(Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая<br>п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук<br>репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар<br>песок / Соль йодированная) | 9,47         | 10,75            | 10,33 | 175,97   |
| 469/96;516<br>/3/04 | 1669         | Макароны отварные<br>Вода / Макаронные изделия / Масло<br>растительное / Соль йодированная<br>Чай с сахаром   | 150          | 5,65             | 4,29  | 36,02    |
| 628/96г.            | 259          | Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200<br>(развесной)) / Сахар песок   |              | 14,97            |       | 66,18    |
| ПП                  | 420          | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 30           | 2,28             | 0,24  | 14,76    |
|                     |              | Итого:  | 475          | 17,40            | 15,28 | 76,08    |
|                     |              |   |              |                  |       | 517,76   |

Итого ХЕ:

6,34

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

| Сборник<br>рецептур | Код<br>блюда | Наименование  | Выход<br>гр. | Пищевая ценность                                  |
|---------------------|--------------|---|--------------|---|
|                     |              |   |              | Белки Жиры Углеводы Ккал                          |
| Таб.24/96           | 9025         | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие<br>Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом<br>томатным<br>Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш<br>Особый п/ф замороженный (мясо<br>птицы,говядина) / Молоко / Хлеб в ассортименте                                  | 110          | 0,99 0,22 8,91 41,58                              |
| 469/04              | 20421        | / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый 55/40<br>п/ф / Соль йодированная) / Соус томатный:<br>(Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая<br>п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук<br>репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар<br>песок / Соль йодированная) | 9,47         | 10,75 10,33 175,97                                |
| 469/96;516<br>/3/04 | 1669         | Макароны отварные<br>Вода / Макаронные изделия / Масло<br>растительное / Соль йодированная<br>Чай с сахаром   | 150          | 5,65 4,29 36,02 205,29                            |
| 628/96г.            | 259          | Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200<br>(развесной)) / Сахар песок   |              | 14,97 66,18                                       |
| ПП                  | 420          | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный<br>Итого:<br>Итого ХЕ:<br>Стоимость рациона:   | 30 585       | 2,28 0,24 14,76 18,39 15,50 84,99 7,08 91,52 руб. |

Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей)  
которых принимает участие в специальной военной операции

| Сборник<br>рецептур | Код<br>блюда | Наименование                | Выход<br>гр. | Пищевая ценность         |
|---------------------|--------------|-----------------------------|--------------|--------------------------|
|                     |              |                             |              | Белки Жиры Углеводы Ккал |
| Таб.24/96           | 9025         | Десерт фруктовый (апельсин) | 110          | 0,99 0,22 8,91 41,58     |

|            |       |  |  |                  |       |          |        |  |
|------------|-------|--|--|------------------|-------|----------|--------|--|
|            |       |  | Апельсины свежие                               |                  |       |          |        |  |
|            |       |  | 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 |                  |       |          |        |  |
| 469/04     | 20421 | / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый 55/40 9,47 10,75 10,33 175,97 |  |                  |       |          |        |  |
|            |       | 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)   |  |                  |       |          |        |  |
| 469/96;516 | 1669  | Макароны отварные  |  |                  |       |          |        |  |
| /3/04      |       | Вода / Макаронные изделия / Масло  | 150  | 5,65             | 4,29  | 36,02    | 205,29 |  |
|            |       | растительное / Соль йодированная   |  |                  |       |          |        |  |
|            |       | Чай с сахаром  |  |                  |       |          |        |  |
| 628/96г.   | 259   | Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200                          |  |                  |       | 14,97    | 66,18  |  |
|            |       | (развесной) / Сахар песок  |  |                  |       |          |        |  |
| ПП         | 420   | Хлеб пшеничный   | 30   | 2,28             | 0,24  | 14,76    | 70,32  |  |
|            |       | Хлеб пшеничный   |  |                  |       |          |        |  |
|            |       | Итого:   | 585  | 18,39            | 15,50 | 84,99    | 559,34 |  |
|            |       | Итого ХЕ:  |  |                  |       | 7,08     |        |  |
|            |       | Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из  |  |                  |       |          |        |  |
|            |       | многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)                      |  |                  |       |          |        |  |
| Сборник    | Код   | Наименование   | Выход  | Пищевая ценность |       |          |        |  |
| рецептур   | блюда |  | гр.  | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккал   |  |
| Таб.24/96  | 9025  | Десерт фруктовый (апельсин)  | 110  | 0,99             | 0,22  | 8,91     | 41,58  |  |
|            |       | Апельсины свежие   |  |                  |       |          |        |  |
|            |       | Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом                                  |  |                  |       |          |        |  |
|            |       | томатным   |  |                  |       |          |        |  |
| 469/04     | 20421 | Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш                                    | 55/40  | 9,47             | 10,75 | 10,33    | 175,97 |  |
|            |       | Особый п/ф замороженный (мясо  |  |                  |       |          |        |  |
|            |       | птицы,говядина) / Молоко / Хлеб в ассортименте                               |  |                  |       |          |        |  |
|            |       | / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый                               |  |                  |       |          |        |  |

|                     |      |  |  |     |       |       |        |
|---------------------|------|--|--|-----|-------|-------|--------|
|                     |      |  | п/ф / Соль йодированная) / Соус томатный:<br>(Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая                          |     |       |       |        |
|                     |      |  | п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук<br>репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар<br>песок / Соль йодированная) |     |       |       |        |
| 469/96;516<br>/3/04 | 1669 |  | Макароны отварные<br>Вода / Макаронные изделия / Масло<br>растительное / Соль йодированная                           | 150 | 5,65  | 4,29  | 36,02  |
| 628/96г.            | 259  |  | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200<br>(развесной)) / Сахар песок                   |     | 14,97 | 66,18 |        |
| ПП                  | 420  |  | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный<br>Итого:   | 30  | 2,28  | 0,24  | 14,76  |
|                     |      |  |  | 585 | 18,39 | 15,50 | 84,99  |
|                     |      |  |  |     |       |       | 559,34 |
|                     |      |  | Итого ХЕ:  |     |       |       | 7,08   |

Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс,  
обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

| Сборник<br>рецептур | Код<br>блюда | Наименование   | Выход<br>гр. | Пищевая ценность |       |          |
|---------------------|--------------|--|--------------|------------------|-------|----------|
|                     |              |  |              | Белки            | Жиры  | Углеводы |
| 138/96              | 169          | Суп картофельный с горохом<br>Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая<br>п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /<br>Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль<br>йодированная / Лавровый лист<br>Котлета рубленая из свинины (лопатка)<br>запеченая | 200          | 4,83             | 4,41  | 15,87    |
| 416/96              | 19914        | Свинина б/к (лопатка) / Вода / Хлеб в<br>ассортименте / Сухари панировочные / Масло<br>растительное / Соль йодированная<br>Каша гречневая с овощами  | 50           | 6,48             | 13,38 | 7,27     |
| TTK                 | 13327        | Вода / Крупа гречневая / Лук репчатый п/ф /<br>Морковь свежая п/ф / Масло растительное /<br>Соль йодированная  | 150          | 6,81             | 16,43 | 31,73    |
| TTK                 | 20628        | Напиток из апельсинов п.с.   | 200          | 0,20             | 0,04  | 16,75    |
|                     |              |  |              |                  |       | 68,20    |

|    |     |   |     |       |       |       |        |
|----|-----|---|-----|-------|-------|-------|--------|
| ПП | 198 | Вода / Апельсины свежие / Сахар песок<br>Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный | 35  | 2,66  | 0,28  | 17,22 | 82,04  |
|    |     | Итого:  | 635 | 20,98 | 34,54 | 88,84 | 750,17 |
|    |     | Итого ХЕ:   |     |       |       | 7,40  |        |

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

| Сборник<br>рецептур | Код<br>блюда | Наименование   | Выход | Пищевая ценность |       |          |        |
|---------------------|--------------|--|-------|------------------|-------|----------|--------|
|                     |              |  | гр.   | Белки            | Жиры  | Углеводы |        |
|                     |              | Суп картофельный с горохом   |       |                  |       |          |        |
| 138/96              | 169          | Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая<br>п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /<br>Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль<br>йодированная / Лавровый лист | 200   | 4,83             | 4,41  | 15,87    | 122,49 |
| TTK                 | 20319        | Котлета из говядины<br>растительное<br>Рис оригинальный  | 70    | 9,11             | 12,96 | 6,35     | 178,48 |
| TTK                 | 6527         | Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф /<br>Томатная паста в асс. / Масло растительное /<br>Соль йодированная / Лавровый лист                                       | 150   | 4,30             | 6,18  | 41,84    | 240,18 |
| 646/96;699<br>/2004 | 1227         | Напиток из апельсинов<br>Вода / Сахар песок / Апельсины свежие   | 200   | 0,20             | 0,04  | 25,73    | 104,08 |
| TTK                 | 13996        | Слойка с ветчиной и сыром<br>Слойка с ветчиной и сыром п/ф 44г. / Яйцо<br>свежее   | 35    | 4,52             | 8,43  | 13,49    | 147,91 |
| ПП                  | 365          | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный   | 25    | 1,90             | 0,20  | 12,30    | 58,60  |
|                     |              | Итого:   | 680   | 24,86            | 32,22 | 115,58   | 851,74 |
|                     |              | Итого ХЕ:  |       |                  |       | 9,63     |        |
|                     |              | Стоимость рациона:   |       | 128,14           | руб.  |          |        |

Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей)  
которых принимает участие в специальной военной операции

| Сборник | Код | Наименование | Выход | Пищевая ценность |
|---------|-----|--------------|-------|------------------|
|---------|-----|--------------|-------|------------------|

| рецептур            | блюда |  | гр. | 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   |     |       |       |          |        |
|                     |       | Котлета из говядины  |     |       |       |          |        |
| ТТК                 | 20319 | Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное                                       | 70  | 9,11  | 12,96 | 6,35     | 178,48 |
|                     |       | Рис оригинальный   |     |       |       |          |        |
| ТТК                 | 6527  | Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / | 150 | 4,30  | 6,18  | 41,84    | 240,18 |
|                     |       | Соль йодированная / Лавровый лист  |     |       |       |          |        |
| 646/96;699<br>/2004 | 1227  | Напиток из апельсинов  | 200 | 0,20  | 0,04  | 25,73    | 104,08 |
|                     |       | Вода / Сахар песок / Апельсины свежие  |     |       |       |          |        |
|                     |       | Слойка с ветчиной и сыром  |     |       |       |          |        |
| ТТК                 | 13996 | Слойка с ветчиной и сыром п/ф 44г. / Яйцо свежее   | 35  | 4,52  | 8,43  | 13,49    | 147,91 |
| ПП                  | 365   | Хлеб пшеничный   | 25  | 1,90  | 0,20  | 12,30    | 58,60  |
|                     |       | Хлеб пшеничный   |     |       |       |          |        |
|                     |       | Итого:   | 680 | 24,86 | 32,22 | 115,58   | 851,74 |
|                     |       | Итого ХЕ:  |     |       |       |          | 9,63   |

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