

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" 2 корпус (ул.
Тополиная, 18)

____ Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 30.12.2025

МБУ "Школа № 90" 2 корпус (ул. Тополиная, 18)

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОВЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 класс, 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	
		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)						
		Макароны отварные						
469/96;516	1669	Вода / Макароны изделия / Масло	150	5,65	4,29	36,02	205,29	
/3/04		растительное / Соль йодированная						
		Чай с сахаром						
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный	200			14,97	66,18	
		(развесной)) / Сахар песок						
		Хлеб пшеничный						
ПП	12649	Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88	

Таб. №24/96	8074	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	75	0,30	0,30	7,35	33,30
Итого:			540	16,94	15,50	78,51	527,62
Итого ХЕ:						6,54	

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
		Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом томатным					
469/04	20421	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)	55/40	9,47	10,75	10,33	175,97
469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
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 рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
469/04	20421	Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом	55/40	9,47	10,75	10,33	175,97

		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)						
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						
Таб.24/96	9025	Десерт фруктовый (апельсин)	110	0,99	0,22	8,91	41,58	
		Апельсины свежие						
		Итого:	585	18,39	15,50	84,99	559,34	
		Итого ХЕ:				7,08		
		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			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		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:					

		(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 /3/04	1669	Макароны отварные						
		Вода / Макароны 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 (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18	
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
		Хлеб пшеничный						
Таб.24/96	9025	Десерт фруктовый (апельсин)	110	0,99	0,22	8,91	41,58	
		Апельсины свежие						
		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 рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность				
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
		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 /3/04	1669	Макароны отварные						
		Вода / Макароны изделия / Масло	150	5,65	4,29	36,02	205,29	
		растительное / Соль йодированная						

628/96г.	259	Чай с сахаром						
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок				14,97	66,18	
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
		Хлеб пшеничный						
Таб.24/96	9025	Десерт фруктовый (апельсин)	110	0,99	0,22	8,91	41,58	
		Апельсины свежие						
		Итого:	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 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	4,83	4,41	15,87	122,49	
		Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль						
		йодированная / Лавровый лист						
		Котлета рубленая из свинины (лопатка)						
		запеченая						
416/96	19914	Свинина б/к (лопатка) / Вода / Хлеб в	50	6,48	13,38	7,27	175,41	
		ассортименте / Сухари панировочные / Масло						
		растительное / Соль йодированная						
		Каша гречневая с овощами						
ТТК	13327	Вода / Крупа гречневая / Лук репчатый п/ф /	150	6,81	16,43	31,73	302,03	
		Морковь свежая п/ф / Масло растительное /						
		Соль йодированная						
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20	
		Вода / Апельсины свежие / Сахар песок						
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	
		Хлеб пшеничный						
		Итого:	635	20,98	34,54	88,84	750,17	
		Итого ХЕ:				7,40		

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4

класс	Сборник рецептов	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 / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая с соусом томатным Свинина б/к (лопатка) / Вода / 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) / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК		20564	Каша гречневая с овощами Вода / Крупа гречневая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	75/15	9,99	20,81	12,51	277,32
ТТК		13327	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	150	6,81	16,43	31,73	302,03
ТТК		20628	Хлеб пшеничный	200	0,20	0,04	16,75	68,20
ПП		198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ПП		13185	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
			Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
			Итого:	705	26,52	42,37	106,02	911,50
			Итого ХЕ:				8,84	
			Стоимость рациона:	110,17 руб.				

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

класс	Сборник рецептов	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 / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая с соусом томатным Свинина б/к (лопатка) / Вода / 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) / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20564	Каша гречневая с овощами Вода / Крупа гречневая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	75/15	9,99	20,81	12,51	277,32
ТТК	13327	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	150	6,81	16,43	31,73	302,03
ТТК	20628	Хлеб пшеничный	200	0,20	0,04	16,75	68,20
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
697\96	13331	Расстегай с говядиной и рисом Мука в/с / Фарш мясной с рисом (мясо птицы,говядина): (Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Рис / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с) / Вода / Яйцо свежее / Масло растительное / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	6,61	4,11	23,94	159,19
Итого:			725	31,09	46,09	118,02	1 011,26
Итого ХЕ:						9,84	
Стоимость рациона:			128,14	руб.			

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

Сборник рецептов	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 / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая с соусом томатным Свинина б/к (лопатка) / Вода / 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) / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20564	Каша гречневая с овощами Вода / Крупа гречневая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	75/15	9,99	20,81	12,51	277,32
ТТК	13327	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	150	6,81	16,43	31,73	302,03
ТТК	20628	Хлеб пшеничный	200	0,20	0,04	16,75	68,20
ПП	198	Хлеб пшеничный Расстегай с говядиной и рисом Мука в/с / Фарш мясной с рисом (мясо птицы,говядина): (Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Рис / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с) / Вода / Яйцо свежее / Масло растительное / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло	35	2,66	0,28	17,22	82,04
697\96	13331		50	6,61	4,11	23,94	159,19

растительное

Итого: 725 31,09 46,09 118,02 1 011,26

Итого ХЕ: 9,84

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОВЗ), для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых, принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептов	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 / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая с соусом томатным Свинина б/к (лопатка) / Вода / 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) / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	200	4,83	4,41	15,87	122,49	
ТТК	20564	Каша гречневая с овощами Вода / Крупа гречневая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	75/15	9,99	20,81	12,51	277,32	
ТТК	13327	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	150	6,81	16,43	31,73	302,03	
ТТК	20628	Хлеб пшеничный	200	0,20	0,04	16,75	68,20	
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	
ПП	13185	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43	
		Хлеб ржаной	705	26,52	42,37	106,02	911,50	
		Итого:						
		Итого ХЕ:				8,84		

Зав.производством Костерина В. В.

Ответственный за питание _____/_____/

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Россия, 445043, Самарская обл., г.Тольятти,
ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru