

Согласовано

:

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

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 10.12.2025

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	Пищевая ценность
ТТК			гр.	Белки Жиры Углеводы Ккал
		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
Таб. №24/96	15244	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	150 500	0,60 0,60 14,70 524,97 17,89 18,76 71,14 5,93

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
ТТК			гр.	Белки Жиры Углеводы Ккал
	20538	Запеканка творожная с крошкой и соусом	130/20	17,29 18,16 49,45 430,43

десертным
 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

ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	6,99	27,94
Таб. №24/96	8074	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	75	0,30	0,30
		Итого:	425	17,59	18,46
		Итого ХЕ:		63,79	491,67
				5,32	

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	
		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным			
		Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус			
ТТК	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
ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	6,99	27,94
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр	24	1,65	6,30
Таб. №24/96	12131	Печенье сдобное по-домашнему Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	85	0,34	0,26
		Итого:	459	19,28	24,72
		Итого ХЕ:		78,70	614,41
		Стоимость рациона:		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
		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным				Ккал
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
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	24	1,65	6,30	13,50
Таб. №24/96	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	85	0,34	0,26	8,76
		Итого:	459	19,28	24,72	78,70
		Итого ХЕ:				614,41
						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
		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным				Ккал
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
TTK	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		6,99	27,94

ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр	24	1,65	6,30	13,50	117,30
Таб.	12131	Печенье сдобное по-домашнему					
№24/96		Десерт фруктовый (груша)	85	0,34	0,26	8,76	38,74
		Груша свежая					
		Итого:	459	19,28	24,72	78,70	614,41
		Итого ХЕ:				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	Ккал
		Борщ из свежей капусты с картофелем и соусом					
		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) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,80	7,41	11,21	118,73
3932		Тефтели с соусом (говядина,курица,рис) 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 / Масло растительное / Рис / Мука в/с / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	60/30	8,67	13,27	8,35	187,51
423/96	1186	Макароны отварные					
469/96	137	Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	100	3,73	3,94	23,93	146,12
		Чай с сахаром					
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок			14,97	66,18	

ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Хлеб пшеничный					
		Итого:	620	16,10	24,82	70,76	577,14
		Итого ХЕ:				5,90	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Борщ из свежей капусты с картофелем и соусом					
		Борщ из свежей капусты с картофелем : (Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук					
	3932	репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,80	7,41	11,21	118,73
		Тефтели с соусом (говядина,курица,рис)					
		Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло					
423/96	1186	растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Вода / Масло растительное / Рис / Мука в/с / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	60/30	8,67	13,27	8,35	187,51
469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные					
		Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
TTK	20626	Напиток из лимона п.с.	200	0,14	0,02	15,45	62,52
ПП	420	Вода / Лимон свежий / Сахар песок					
		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
TTK	5149	Хлеб пшеничный					
		Крендель с сахаром	50	3,94	5,96	30,87	192,88

Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное /
 Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи
 прессованные / Соль йодированная

Итого:	725	22,48	31,19	116,66	837,25
Итого ХЕ:				9,72	
Стоимость рациона:		110,17	руб.		

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	Ккал
		Борщ из свежей капусты с картофелем и соусом					
		Борщ из свежей капусты с картофелем : (Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук					
3932		репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,80	7,41	11,21	118,73
		Тефтели с соусом (говядина,курица,рис)					
		Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло					
423/96	1186	растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Вода / Масло растительное / Рис / Мука в/с / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	60/30	8,67	13,27	8,35	187,51
469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	20626	Напиток из лимона п.с. Вода / Лимон свежий / Сахар песок	200	0,14	0,02	15,45	62,52
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32

		Хлеб пшеничный						
		Крендель с сахаром						
ТТК	5149	Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	3,94	5,96	30,87	192,88	
Таб.24/96	6673	Десерт фруктовый (банан)	85	1,28	0,43	17,85	80,39	
		Бананы свежие						
		Итого:	810	23,76	31,62	134,51	917,64	
		Итого ХЕ:				11,21		
		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	Ккал
		Борщ из свежей капусты с картофелем и соусом					
		Борщ из свежей капусты с картофелем : (Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук					
3932		репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,80	7,41	11,21	118,73
		Тефтели с соусом (говядина,курица,рис)					
		Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло					
423/96	1186	растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Вода / Масло растительное / Рис / Мука в/с / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	60/30	8,67	13,27	8,35	187,51

469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное 150 / Соль йодированная	5,65	4,29	36,02	205,29	
ТТК	20626	Напиток из лимона п.с. Вода / Лимон свежий / Сахар песок	200	0,14	0,02	15,45	62,52
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Крендель с сахаром	30	2,28	0,24	14,76	70,32
ТТК	5149	Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	3,94	5,96	30,87	192,88
Таб.24/96	6673	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	85	1,28	0,43	17,85	80,39
		Итого:	810	23,76	31,62	134,51	917,64
		Итого ХЕ:					11,21

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 рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность
				Белки Жиры Углеводы Ккал
		Борщ из свежей капусты с картофелем и соусом		
		Борщ из свежей капусты с картофелем : (Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук		
3932		репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,80 7,41 11,21 118,73
		Тефтели с соусом (говядина,курица,рис)		
		Фарш п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) /		
423/96	1186	Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло	60/30	8,67 13,27 8,35 187,51

			растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Вода / Масло				
			растительное / Рис / Мука в/с / Масло				
			растительное / Соль йодированная / Лавровый лист				
			Макароны отварные				
469/96;516 /3/04	1669		Вода / Макаронные изделия / Масло растительное	150	5,65	4,29	36,02
			/ Соль йодированная				205,29
TTK	20626		Напиток из лимона п.с.	200	0,14	0,02	15,45
			Вода / Лимон свежий / Сахар песок				62,52
ПП	420		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76
			Хлеб пшеничный				70,32
			Крендель с сахаром				
TTK	5149		Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	3,94	5,96	30,87
			Итого:	725	22,48	31,19	116,66
			Итого ХЕ:				837,25
							9,72

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