

Согласовано

:

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

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 03.02.2026

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
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) : (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / 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) Каша гречневая вязкая	50/40	8,45	9,52	7,48
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная Чай с сахаром	150	4,58	4,81	22,12
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок		14,97		66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60
Таб. №24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	90	0,36	0,36	10,17
		Итого:	580	17,19	15,09	79,34
						528,17

Итого ХЕ:

6,61

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 птицы с соусом томатным		
		Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) : (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло		
308/2014	20554	растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло	50/40	8,45 9,52 7,48 149,34
		растительное / Лук репчатый п/ф / Масло		
		растительное / Сахар песок / Соль йодированная)		
		Каша гречневая вязкая		
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58 4,81 22,12 150,09
		Чай лимонный		
№629/96	264	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08 0,01 15,21 61,25
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80 0,40 24,60 117,20
		Хлеб пшеничный		
		Итого:	490	16,91 14,74 69,41 477,88
		Итого ХЕ:		5,78

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
		Фрикадельки из птицы с соусом томатным		
		Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) : (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло		
308/2014	20554	растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло	50/40	8,45 9,52 7,48 149,34
		растительное / Лук репчатый п/ф / Масло		
		растительное / Сахар песок / Соль йодированная)		

		Каша гречневая вязкая					
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
		Чай лимонный					
№629/96	264	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21	61,25
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Таб.24/96	9025	Хлеб пшеничный					
		Десерт фруктовый (апельсин)	110	0,99	0,22	8,91	41,58
		Апельсины свежие					
		Итого:	600	17,90	14,96	78,32	519,46
		Итого ХЕ:				6,53	
		Стоимость рациона:		95,46	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
		Фрикадельки из птицы с соусом томатным				
		Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) : (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло				
308/2014	20554	растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло	50/40	8,45	9,52	7,48
		растительное / Лук репчатый п/ф / Масло				
		растительное / Сахар песок / Соль йодированная)				
		Каша гречневая вязкая				
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12
		Чай лимонный				
№629/96	264	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60
Таб.24/96	9025	Хлеб пшеничный				
		Десерт фруктовый (апельсин)	110	0,99	0,22	8,91
						41,58

Апельсины свежие

Итого:	600	17,90	14,96	78,32	519,46
Итого ХЕ:					6,53

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	
		Фрикадельки из птицы с соусом томатным					
		Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) : (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / 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)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
308/2014	20554	Каша гречневая вязкая					
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
№629/96	264	Чай лимонный					
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21	61,25
Пром	350	Хлеб пшеничный					
		Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Таб.24/96	9025	Десерт фруктовый (апельсин)					
		Апельсины свежие	110	0,99	0,22	8,91	41,58
		Итого:	600	17,90	14,96	78,32	519,46
		Итого ХЕ:					6,53

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	
		Суп картофельный с горохом					
138/96	169	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					
		Голубцы ленивые куриные в соусе					
		Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. /					
ТТК	20518	Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
		Чай с сахаром п/с					
ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		6,99		27,94
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Хлеб пшеничный					
		Итого:	665	18,42	19,98	62,55	503,74
		Итого ХЕ:				5,21	

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
		Суп картофельный с горохом				
138/96	169	Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87
		Голубцы ленивые куриные в соусе				
		Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. /				
ТТК	20518	Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль	90	8,39	10,39	5,34

			йодированная) / Масло растительное					
472/96	549		Картофельное пюре					
			Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное /	150	3,30	4,98	22,06	146,26
			Соль йодированная					
	6948		Огурец солёный	40	0,36	0,04	0,75	4,80
			Огурцы соленые					
			Напиток из ягод (смесь зам) п.с.					
TTK	20629		Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар	200	0,21	0,05	17,77	72,39
			песок / Лимонная кислота					
	3026		Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
TTK	7035		Хлеб пшеничный					
			Вафли порционные 1шт.	18	1,03	5,22	11,16	95,74
			Вафли в асс.					
			Итого:	743	21,54	25,46	95,08	695,61
			Итого ХЕ:				7,92	
			Стоимость рациона:				114,91	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	
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 Голубцы ленивые куриные в соусе Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. /	200	4,83	4,41	15,87	122,49
TTK	20518	Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное /	150	3,30	4,98	22,06	146,26

		Соль йодированная					
	6948	Огурец солёный	40	0,36	0,04	0,75	4,80
		Огурцы соленые					
		Напиток из ягод (смесь зам) п.с.					
ТТК	20629	Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
		Хлеб пшеничный					
ТТК	7035	Вафли порционные 1шт.	18	1,03	5,22	11,16	95,74
		Вафли в асс.					
Таб. №24/96	15244	Десерт фруктовый (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	66,60
		Яблоко свежее местное					
		Итого:	893	22,14	26,06	109,78	762,21
		Итого ХЕ:				9,15	
		Стоимость рациона:					133,65 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	
		Суп картофельный с горохом					
138/96	169	Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20518	Голубцы ленивые куриные в соусе Голубцы ленивые с мясом курицы / 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) / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26

	6948	Огурец солёный Огурцы соленые Напиток из ягод (смесь зам.) п.с.	40	0,36	0,04	0,75	4,80
ТТК	20629	Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ТТК	7035	Вафли порционные 1шт. Вафли в асс.	18	1,03	5,22	11,16	95,74
Таб. №24/96	15244	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	150	0,60	0,60	14,70	66,60
		Итого:	893	22,14	26,06	109,78	762,21
		Итого ХЕ:				9,15	

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
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 Голубцы ленивые куриные в соусе Голубцы ленивые с мясом курицы / 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) / Масло растительное Картофельное пюре	200	4,83 4,41 15,87 122,49
TTK	20518		90	8,39 10,39 5,34 148,44
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30 4,98 22,06 146,26
	6948	Огурец солёный Огурцы соленые	40	0,36 0,04 0,75 4,80

		Напиток из ягод (смесь зам) п.с.					
ТТК	20629	Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
		Хлеб пшеничный					
ТТК	7035	Вафли порционные 1шт.	18	1,03	5,22	11,16	95,74
		Вафли в асс.					
		Итого:	743	21,54	25,46	95,08	695,61
		Итого ХЕ:				7,92	

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