



Согласовано:
МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подольяко В. И.

МЕНЮ

на 05.02.2026

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
Тольятти 2013г.	20527	Макароны отварные с сыром Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное	180	9,56	7,16	44,42	280,32
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	139,00
ТТК	20209	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20	2,20	4,00		44,80
ПП	15228	Батон в ассортименте Батон	35	2,63	1,02	17,99	91,60

Итого: 435 19,98 15,17 84,81 555,71
Итого ХЕ: 7,07

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. №24/96	7723	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	135	1,22	0,27	10,94	51,07
Тольятти 2013г.	20527	Макароны отварные с сыром Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное	180	9,56	7,16	44,42	280,32
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	139,00
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Мясо прессованное	15	1,65	3,00		33,60
ПП	13286	Батон в ассортименте Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,51

Итого: 560 20,28 14,30 93,18 582,50
Итого ХЕ: 7,76

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	Ккал
Таб. №24/96	7723	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	135	1,22	0,27	10,94	51,07
Тольятти 2013г.	20527	Макароны отварные с сыром Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное	180	9,56	7,16	44,42	280,32
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	139,00
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Мясо прессованное	15	1,65	3,00		33,60
ПП	13286	Батон в ассортименте Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,51

Итого: 560 20,28 14,30 93,18 582,50
Итого ХЕ: 7,76

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
Таб. №24/96	7723	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	135	1,22	0,27	10,94	51,07
Тольятти 2013г.	20527	Макароны отварные с сыром Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное	180	9,56	7,16	44,42	280,32
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%	200	5,60	3,00	22,40	139,00
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Мясо прессованное	15	1,65	3,00		33,60
ПП	13286	Батон в ассортименте Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,51

Итого: 560 20,28 14,30 93,18 582,50
Итого ХЕ: 7,76

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
82/07 ДеЛи принт	15246	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	200	1,55	4,11	10,25	84,23

ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская"	70	11,80	12,03	10,80	198,64
465/96;511/3/04	254	Рис отварной	100	2,52	4,86	26,64	160,34
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			590	17,39	21,16	72,50	556,27
Итого ХЕ:						6,04	

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
Таб.№24/96	5769	Десерт фруктовый (груша)	75	0,30	0,23	7,73	34,19
109/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская"	70	11,80	12,03	10,80	198,64
465/96;511/3/04	1004	Рис отварной	150	3,84	5,62	40,05	226,14
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс.	22	0,70	2,40	8,30	57,60
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			747	20,17	26,09	104,08	731,86
Итого ХЕ:						8,67	

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	Ккал
Таб.№24/96	5769	Десерт фруктовый (груша)	75	0,30	0,23	7,73	34,19
109/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская"	70	11,80	12,03	10,80	198,64
465/96;511/3/04	1004	Рис отварной	150	3,84	5,62	40,05	226,14
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс.	22	0,70	2,40	8,30	57,60
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			747	20,17	26,09	104,08	731,86
Итого ХЕ:						8,67	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
40/97	10563	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф)	60	0,58	3,07	2,72	40,83
Сб.реп.Москва 2022г.	20006	Салат Оливье с ветчиной Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурцы соленные / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Зелень (лук зел.укроп.петрушка))	50	1,44	2,54	2,68	39,35
ТТК	10362	Салат из крабовых палочек с капустой Салат из крабовых палочек с капустой: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота)	50	2,06	6,19	2,85	75,35
Таб.№24/96	12720	Десерт фруктовый (киви) Киви	90	0,72	0,36	7,29	35,28

Первые блюда

109/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
--------	-------	------------------------------------	--------	------	------	-------	--------

Вторые блюда

376/96	20012	Поджарка из свинины Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная	40/7,5	8,70	23,05	1,20	247,08
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
ТТК	16856	Наггетсы куриные рубленые Наггетсы куриные рубленые п/ф 51г. / Масло растительное	45	9,38	9,50	2,02	131,10
ТТК	3298	Вареники с творогом с маслом Вареники с творогом п/ф(ф/в) / Масло сливочное	150/5	0,04	3,63	0,07	33,11

Гарниры и соусы

317,529/97	1702	Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная	150	16,83	4,79	35,18	251,15
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84

Третьи блюда

628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
----------	-----	---	-----	--	--	-------	-------

Мучные изделия

ТТК	13810	Рулет с маком Рулет с маком: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Мак семена / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	40	3,17	3,72	23,68	140,88
№769/04	342	Булочка Домашняя Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное	50	3,95	6,56	31,06	199,08

Хлеб

Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
------	-----	----------------------------------	----	------	------	-------	--------

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.производства: Ивченко Ирина Евгеньевна

Ответственный за питание
СанПиН 2.3/2.1.301-20

Россия, 445043, Самарская область, с/пос. Копытцы, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru