



Согласовано:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подольяко В. И.

**МЕНЮ**

на 05.03.2024г.



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<br>Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное                   | 180        | 9,56             | 7,16         | 44,42        | 280,32        |
| ТТК              | 20493     | Коктейль мол.Милкшейк<br>Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%                                       | 200        | 5,60             | 3,00         | 22,40        | 139,00        |
| ТТК              | 20209     | Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)<br>Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное | 20         | 2,20             | 4,00         |              | 44,80         |
| ПП               | 15228     | Батон в ассортименте<br>Батон  | 35         | 2,63             | 1,02         | 17,99        | 91,60         |
| <b>Итого:</b>    |           |  | <b>435</b> | <b>19,98</b>     | <b>15,17</b> | <b>84,81</b> | <b>555,71</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |  |            |                  |              | <b>7,07</b>  |               |

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       | 5568      | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие                            | 170        | 1,44             | 0,32         | 12,96        | 60,48         |
| Тольятти 2013г.  | 20527     | Макароны отварные с сыром<br>Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное | 180        | 9,56             | 7,16         | 44,42        | 280,32        |
| ТТК              | 20493     | Коктейль мол.Милкшейк<br>Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%                     | 200        | 5,60             | 3,00         | 22,40        | 139,00        |
| ТТК              | 20364     | Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)<br>Мясо прессованное         | 15         | 1,65             | 3,00         |              | 33,60         |
| ПП               | 15288     | Батон в ассортименте<br>Батон  | 20         | 1,50             | 0,58         | 10,28        | 52,34         |
| <b>Итого:</b>    |           |  | <b>585</b> | <b>19,75</b>     | <b>14,06</b> | <b>90,06</b> | <b>565,74</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |  |            |                  |              | <b>7,50</b>  |               |

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       | 5568      | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие                            | 170        | 1,44             | 0,32         | 12,96        | 60,48         |
| Тольятти 2013г.  | 20527     | Макароны отварные с сыром<br>Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное | 180        | 9,56             | 7,16         | 44,42        | 280,32        |
| ТТК              | 20493     | Коктейль мол.Милкшейк<br>Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%                     | 200        | 5,60             | 3,00         | 22,40        | 139,00        |
| ТТК              | 20364     | Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)<br>Мясо прессованное         | 15         | 1,65             | 3,00         |              | 33,60         |
| ПП               | 15288     | Батон в ассортименте<br>Батон  | 20         | 1,50             | 0,58         | 10,28        | 52,34         |
| <b>Итого:</b>    |           |  | <b>585</b> | <b>19,75</b>     | <b>14,06</b> | <b>90,06</b> | <b>565,74</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |  |            |                  |              | <b>7,50</b>  |               |

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       | 5568      | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие                            | 170        | 1,44             | 0,32         | 12,96        | 60,48         |
| Тольятти 2013г.  | 20527     | Макароны отварные с сыром<br>Макаронные изделия / Сыр / Масло растительное | 180        | 9,56             | 7,16         | 44,42        | 280,32        |
| ТТК              | 20493     | Коктейль мол.Милкшейк<br>Коктейль мол.Милкшейк 1л 1,5%                     | 200        | 5,60             | 3,00         | 22,40        | 139,00        |
| ТТК              | 20364     | Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)<br>Мясо прессованное         | 15         | 1,65             | 3,00         |              | 33,60         |
| ПП               | 15288     | Батон в ассортименте<br>Батон  | 20         | 1,50             | 0,58         | 10,28        | 52,34         |
| <b>Итого:</b>    |           |  | <b>585</b> | <b>19,75</b>     | <b>14,06</b> | <b>90,06</b> | <b>565,74</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |  |            |                  |              | <b>7,50</b>  |               |

**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<br>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         |
| 401/96           | 19910     | Гуляш из свинины (лопатка)<br>Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист  | 40/40      | 9,12             | 23,60        | 3,78         | 264,00        |
| 464/96           | 1958      | Каша гречневая вязкая<br>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная   | 100        | 3,05             | 3,33         | 14,75        | 101,17        |
| ТТК              | 19810     | Чай с сахаром п/с<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок   | 200        |                  |              | 6,99         | 27,94         |
| ТТК              | 18152     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 10         | 0,79             | 0,10         | 4,83         | 23,38         |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>590</b> | <b>14,51</b>     | <b>31,14</b> | <b>40,60</b> | <b>500,72</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |                  |              | <b>3,38</b>  |               |

**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          |
| 82/07 ДеЛи принт | 15246     | Борщ из свежей капусты с картофелем<br>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         |
| 401/96           | 20468     | Гуляш из свинины (лопатка)<br>Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист  | 50/50      | 11,18            | 29,70        | 12,23        | 360,94        |
| 464/96           | 3714      | Каша гречневая вязкая<br>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная   | 150        | 4,58             | 4,81         | 22,12        | 150,09        |
| ТТК              | 19810     | Чай с сахаром п/с<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок   | 200        |                  |              | 6,99         | 27,94         |
| ТТК              | 13996     | Слойка с ветчиной и сыром<br>Слойка с ветчиной и сыром п/ф 44г. / Яйцо свежее   | 35         | 4,52             | 8,43         | 13,49        | 147,91        |
| ТТК              | 18152     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 10         | 0,79             | 0,10         | 4,83         | 23,38         |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>695</b> | <b>22,62</b>     | <b>47,15</b> | <b>69,91</b> | <b>794,49</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |                  |              | <b>5,83</b>  |               |

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          |
| 82/07 ДеЛи принт | 15246     | Борщ из свежей капусты с картофелем<br>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         |
| 401/96           | 20468     | Гуляш из свинины (лопатка)<br>Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист  | 50/50      | 11,18            | 29,70        | 12,23        | 360,94        |
| 464/96           | 3714      | Каша гречневая вязкая<br>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная   | 150        | 4,58             | 4,81         | 22,12        | 150,09        |
| ТТК              | 19810     | Чай с сахаром п/с<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок   | 200        |                  |              | 6,99         | 27,94         |
| ТТК              | 13996     | Слойка с ветчиной и сыром<br>Слойка с ветчиной и сыром п/ф 44г. / Яйцо свежее   | 35         | 4,52             | 8,43         | 13,49        | 147,91        |
| ТТК              | 18152     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 10         | 0,79             | 0,10         | 4,83         | 23,38         |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>695</b> | <b>22,62</b>     | <b>47,15</b> | <b>69,91</b> | <b>794,49</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |                  |              | <b>5,83</b>  |               |

**Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств**

| Сборник рецептур      | Код блюда | Наименование  | Выход | Пищевая ценность |      |          |        |
|-----------------------|-----------|---|-------|------------------|------|----------|--------|
|                       |           |   |       | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккал   |
| <b>Холодные блюда</b> |           |   |       |                  |      |          |        |
| Сб.рец. Москва 2022г. | 2011      | Салат Цезарь (котл.мясо птицы,капуста пек,соус)<br>Салат Цезарь (котл.мясо птицы,капуста пек,соус): (Котлетное мясо птицы / Капуста пекинская / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Хлеб пшеничный / Сыр / Соль йодированная) | 50    | 5,81             | 9,63 | 5,98     | 133,84 |
| 19/2004               | 9552      | Салат из свежих помидоров с луком<br>Салат из свежих помидоров с луком: (Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная))  | 80    | 0,90             | 4,07 | 4,50     | 58,23  |
| 45/2004               | 12422     | Салат из квашенной капусты<br>Капуста квашеная / Лук репчатый п/ф / Сахар песок / Масло растительное  | 100   | 2,26             | 5,07 | 9,42     | 92,35  |
| Таб.№24/96            | 7365      | Десерт фруктовый (мандарин)<br>Мандарины свежие   | 130   | 1,04             | 0,26 | 9,75     | 45,50  |

|                        |       |   |        |      |       |       |        |
|------------------------|-------|---|--------|------|-------|-------|--------|
| Таб.№24/96             | 12722 | Десерт фруктовый (киви)<br>Киви   | 120    | 0,96 | 0,48  | 9,72  | 47,04  |
| <b>Первые блюда</b>    |       |   |        |      |       |       |        |
| 82/07 ДеЛи<br>принт    | 15246 | Борщ из свежей капусты с картофелем<br>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  |
| <b>Вторые блюда</b>    |       |   |        |      |       |       |        |
| 308/2014               | 20554 | Фрикадельки из птицы с соусом томатным<br>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 |
| ТТК                    | 16856 | Наггетсы куриные рубленые<br>Наггетсы куриные рубленые п/ф 51г. / Масло растительное  | 45     | 9,38 | 9,50  | 2,02  | 131,10 |
| Москва<br>2022г.       | 20135 | Макароньы отварные с мясом прессованным и томатом<br>Макароньы отварные с мясом прессованным и томатом: (Спагетти (макароньы) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр / Томатная паста в асс. / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Чеснок / Соль йодированная)                                   | 200    | 8,22 | 10,60 | 43,05 | 300,53 |
| ТТК                    | 20403 | Оладьи мини п/ф с молоком сгущ.<br>Оладьи мини LINA "CREPELATIER" 4 кг (25 гр.) / Молоко сгущенное  | 100/20 | 7,45 | 5,72  | 51,21 | 286,11 |
| <b>Гарниры и соусы</b> |       |   |        |      |       |       |        |
| 469/96                 | 18417 | Макароньы отварные<br>Макароньы отварные: (Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная)   | 180    | 6,72 | 7,09  | 43,08 | 263,01 |
| ТТК                    | 6527  | Рис оригинальный<br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист  | 150    | 4,30 | 6,18  | 41,84 | 240,18 |
| <b>Третьи блюда</b>    |       |   |        |      |       |       |        |
| 628/96г.               | 259   | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок   | 200    |      |       | 14,97 | 66,18  |
| <b>Мучные изделия</b>  |       |   |        |      |       |       |        |
| №775/04                | 278   | Булочка Российская<br>Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Молоко / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин   | 60     | 4,54 | 5,28  | 36,87 | 213,16 |
| 614/2012               | 13439 | Булочка Ароматная<br>Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло растительное / Сахарная пудра / Масло растительное / Корица молотая / Соль йодированная  | 50     | 4,56 | 5,19  | 33,24 | 197,91 |
| <b>Хлеб</b>            |       |   |        |      |       |       |        |
| ПП                     | 198   | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 35     | 2,66 | 0,28  | 17,22 | 82,04  |

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.производства: Шерченко Ирина Евгеньевна

Ответственный за питание  
СанПиН 2.3/2.1.30.020



Россия, 445043 Самарская обл. Железнодорожный район, м.Платьятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru