

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

\_\_\_\_\_ Подоляко В. И.

## МЕНЮ

на 25.03.2026

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 Таб. №24/96	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	8074	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус	75	0,30	0,30	7,35	33,30
ТТК	20538	Десертный из ягоды св. мороженной: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное Чай с сахаром	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
		Итого:	425	17,59	18,46	71,77	529,91
		Итого ХЕ:				5,98	

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

Сборник рецептур ТТК	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	16328	Бутерброд с сыром	20/17	6,15	6,69	8,65	119,39

		Сыр / Батон Умница						
		Запеканка творожная с крошкой и соусом						
		десертным						
		Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус						
ТТК	20538	Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43	
		песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) /						
		Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная /						
		Масло растительное						
		Чай с молоком						
630/96	2312	Вода / Молоко / Сахар песок / Чай черный	200	1,45	1,75	17,32	90,83	
		(развесной)						
		Итого:	387	24,88	26,60	75,42	640,65	
		Итого ХЕ:				6,29		
		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			Ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
ТТК	16328	Бутерброд с сыром	20/17	6,15	6,69	8,65	119,39
		Сыр / Батон Умница					
		Запеканка творожная с крошкой и соусом					
		десертным					
		Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус					
ТТК	20538	Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
		песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) /					
		Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная /					
		Масло растительное					
		Чай с молоком					
630/96	2312	Вода / Молоко / Сахар песок / Чай черный	200	1,45	1,75	17,32	90,83
		(развесной)					
		Итого:	387	24,88	26,60	75,42	640,65
		Итого ХЕ:				6,29	

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
ТТК	16328	Бутерброд с сыром Сыр / Батон Умница Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным	20/17	6,15	6,69	8,65	119,39
ТТК	20538	Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженной: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
630/96	2312	Чай с молоком Вода / Молоко / Сахар песок / Чай черный (развесной)	200	1,45	1,75	17,32	90,83
		Итого:	387	24,88	26,60	75,42	640,65
		Итого ХЕ:				6,29	

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 / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
469/04	632	Фрикадельки из мяса птицы,говядина Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Молоко / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Масло растительное /	55	9,09	8,72	7,86	146,28
464/96	3714	Лук репчатый п/ф / Соль йодированная Каша гречневая вязкая	150	4,58	4,81	22,12	150,09

		Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная						
		Чай с сахаром						
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200				14,97	66,18
	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14		105,48
		Хлеб пшеничный						
		Итого:	650	21,92	18,30	82,96		590,52
		Итого ХЕ:					6,91	

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
Таб. №24/96	3598	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	130	1,17	0,26	10,53		49,14
		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
		Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом томатным						
		Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Молоко / Хлеб в						
469/04	20421	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
		Каша гречневая вязкая						
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12		150,09
Акт от 06-	20083	Компот из груш п/с	200	0,01	0,01	6,92		27,76

09.06.2022г		Вода / Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота							
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки КМ в асс	22	0,70	2,40	8,30	57,60		
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04		
ТТК	20739	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	35	2,38	0,46	13,93	69,34		
		Итого:	867	25,80	23,37	105,22	734,42		
		Итого ХЕ:				8,77			
		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 Таб. №24/96	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	3598	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	130	1,17	0,26	10,53	49,14
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 Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом томатным Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Молоко / Хлеб в	200	4,83	4,41	15,87	122,49
469/04	20421	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
464/96	3714	Каша гречневая вязкая	150	4,58	4,81	22,12	150,09

		Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная					
Акт от 06-09.06.2022г	20083	Компот из груш п/с					
.		Вода / Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	6,92	27,76
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки КМ в асс	22	0,70	2,40	8,30	57,60
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	20739	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	35	2,38	0,46	13,93	69,34
Итого:			867	25,80	23,37	105,22	734,42
Итого ХЕ:						8,77	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
Таб. №24/96	2548	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	150	2,25	0,75	31,50	141,75
Таб. №24/96	7773	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	110	0,44	0,33	11,33	50,05
ТТК	7268	Салат из крабовых палочек с рисом Салат из крабовых палочек с рисом: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Рис / Соль йодированная)	50	2,06	7,87	3,77	94,15
	20181	Салат из моркови с чесноком и соусом Салат из моркови с чесноком и соусом : (Морковь свежая молодая / Соус для детей в асс. / Чеснок)	100	0,14	0,01	0,47	2,55
Сб.рец. Москва 2022г.	20030	Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.) Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.): (Лапша Фунчоза / Огурец свежий /	75	0,13	4,13	0,44	39,51

		Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжута в асс. / Соль йодированная) Первые блюда 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	200	4,83	4,41	15,87	122,49
138/96	169	Вторые блюда Медальоны куриные с сыром					
	13177	Медальоны куриные с сыром п/ф 64г. / Масло растительное	55	10,97	17,67	2,12	211,36
		Котлеты Пикник с соусом томатным Котлеты Пикник : (Котлеты "Пикник" (с мясом свинины) / Масло растительное) / 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) Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом томатным Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Молоко / Хлеб в					
ТТК	20392	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)	50/50	5,68	17,34	8,29	211,91
469/04	20421	Блинчики Домашние с молоком сгущ. Блинчики "Домашние" оболочка / Молоко сгущенное	55/40	9,47	10,75	10,33	175,97
ТТК	17928	Гарниры и соусы	135/15	7,57	10,87	38,11	280,57

472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
628/96г.	259	Третьи блюда Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	13488	Мучные изделия Булочка Ароматная Булочка Ароматная: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло 30 растительное / Сахарная пудра / Масло растительное / Корица молотая / Соль йодированная)	30	2,74	3,11	19,94	118,71
ТТК	175	Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,25	3,19	31,17	170,39
ТТК	18152	Хлеб Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	10	0,79	0,10	4,83	23,38

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.производством Шевченко Ирина Евгеньевна  
 Ответственный за питание \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
 СанПиН 2.3/2.4.3590-20  
 Россия, 445043, Самарская обл., г.Тольятти,  
 ул.Северная, 35  
 E-mail: eda0910@mail.ru