

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 24.11.2025

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 блода	Наименование	Выход	Пищевая ценность		
			гр.	Белки	Жиры	Углеводы
Таб №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	6,97	6,53	12,99 138,61
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная Чай лимонный	200/5	8,35	9,82	34,12 258,26
№629/96	264	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	0,08	0,01	15,21	61,25
TTK	20084	Печенье Овсяное Печенье овсяное	23	1,38	0,83	14,49 70,93
		Итого:	468	16,78	17,19	76,81 529,05
		Итого ХЕ:				6,40

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

Сборник рецептур	Код блода	Наименование	Выход	Пищевая ценность		
			гр.	Белки	Жиры	Углеводы
Таб. №24/96	12267	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	95	0,38	0,29	9,79 43,29
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар	200/5	8,35	9,82	34,12 258,26

		песок / Соль йодированная				
		Чай с сахаром				
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок		14,97	66,18	
TTK	20084	Печенье Овсяное	23	1,38	0,83	14,49
		Печенье овсяное				70,93
TTK	16323	Бутерброд с сыром (батон)	20/25	6,75	6,92	12,85
		Батон / Сыр				140,67
		Итого:	568	16,86	17,86	86,22
		Итого ХЕ:				579,33
		Стоимость рациона:		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
Таб. №24/96	12267	Десерт фруктовый (груша)	95	0,38	0,29	9,79
		Груша свежая				43,29
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом				
		Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар	200/5	8,35	9,82	34,12
		песок / Соль йодированная				258,26
		Чай с сахаром				
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок		14,97	66,18	
TTK	20084	Печенье Овсяное	23	1,38	0,83	14,49
		Печенье овсяное				70,93
TTK	16323	Бутерброд с сыром (батон)	20/25	6,75	6,92	12,85
		Батон / Сыр				140,67
		Итого:	568	16,86	17,86	86,22
		Итого ХЕ:				579,33

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
Таб.	12267	Десерт фруктовый (груша)	95	0,38	0,29	9,79

№24/96		Груша свежая						
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35	9,82	34,12	258,26	
		Чай с сахаром						
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок			14,97	66,18		
TTK	20084	Печенье Овсяное	23	1,38	0,83	14,49	70,93	
TTK	16323	Печенье овсяное Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67	
		Итого:	568	16,86	17,86	86,22	579,33	
		Итого ХЕ:				7,19		

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 макаронными изделиями Вода / Картофель п/ф / Макаронные изделия /				
139/96	239	Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло 200 растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	2,36	2,02	16,82	94,90
TTK	18963	Котлета куриная "Пожарская" растительное	70	11,80	12,03	10,80
		Каша гречневая вязкая				
464/96	1958	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	3,05	3,33	14,75
		Чай с сахаром п/с				
TTK	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок			6,99	27,94
PП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84
		Итого:	590	18,73	17,54	59,20
						469,54

Итого ХЕ: 4,93

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

Сборник рецептур Таб. №24/96	Код блюда 8454	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность		
				Белки	Жиры	Углеводы
		Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	125	0,50	0,38	12,88 56,94
		Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель п/ф / Макаронные изделия /				
139/96	239	Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло 200 растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (овощное сote)	2,36	2,02	16,82	94,90
		Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) /				
ТТК	20400	овощное сote: (Капуста свежая п/ф (очищенная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Перец болгарский заморож. (кубик) / Масло растительное / Соль йодированная) Каша гречневая вязкая	70/20	12,19	13,06	12,24 215,21
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная Напиток из сливы зам.п.с.,	150	4,58	4,81	22,12 150,09
ТТК	20633	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41 66,53
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте Итого: Итого ХЕ:	20	1,52	0,16	9,84 46,88 785 21,27 20,47 90,31 630,54 7,53
		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
Таб. №24/96	8454	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель п/ф / Макаронные изделия /	125	0,50	0,38	12,88	56,94
139/96	239	Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (овощное соте) Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) /	2,36	2,02	16,82	94,90	
TTK	20400	овощное соте: (Капуста свежая п/ф (очищенная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Перец болгарский заморож. (кубик) / Масло растительное / Соль йодированная) Каша гречневая вязкая	70/20	12,19	13,06	12,24	215,21
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная Напиток из сливы зам.п.с.,	150	4,58	4,81	22,12	150,09
TTK	20633	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте Итого: Итого ХЕ:	20	1,52	0,16	9,84	46,88
			785	21,27	20,47	90,31	630,54
						7,53	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
№ 39/97	181	Холодные блюда Салат из свежих помидоров с луком Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / : (Вода /	100	1,13	5,09	5,63	72,85

		Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная)					
		Салат из свежей капусты с зел.горошком и луком					
ТТК	7136	Яйцо свежее / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	100	4,13	10,30	5,86	132,66
		Салат из крабовых палочек с рисом					
ТТК	7268	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
Таб. №24/96	12722	Десерт фруктовый (киви)	120	0,96	0,48	9,72	47,04
Таб. №24/96	7773	Киви					
		Десерт фруктовый (груша)	110	0,44	0,33	11,33	50,05
		Груша свежая					
		Первые блюда					
		Суп картофельный с макаронными изделиями					
		Вода / Картофель п/ф / Макаронные изделия /					
139/96	239	Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90
		Вторые блюда					
		Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (овощное соте)					
		Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) /					
ТТК	20400	овощное соте: (Капуста свежая п/ф (очищенная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Перец болгарский заморож. (кубик) / Масло растительное / Соль йодированная)	70/20	12,19	13,06	12,24	215,21
ТТК	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом	90	2,18	11,72	3,65	128,80

		Спагетти мясное Лада / Огурец свежий						
		Котлета Обеденная с сол.огурцом						
TTK	20660	Котлета Обеденная п/ф 92гр.. (говяд., мясо птицы) / Огурцы соленые / Масло растительное	90	7,56	9,79	13,72	173,20	
		Блинчики Домашние с молоком сгущ.						
TTK	17928	Блинчики "Домашние" оболочка / Молоко сгущенное	135/15	7,57	10,87	38,11	280,57	
		Гарниры и соусы						
		Рагу овощное с соусом томатным						
		Картофель п/ф / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф /						
215/96	3794	Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	125	1,73	7,09	12,78	121,85	
		Каша гречневая вязкая						
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09	
		Третьи блюда						
		Чай с сахаром						
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок			14,97		66,18	
		Мучные изделия						
		Булочка Ароматная						
		Булочка Ароматная: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Мука в/с /	30	2,74	3,11	19,94	118,71	
		Масло растительное / Сахарная пудра / Масло растительное / Корица молотая / Соль йодированная)						
TTK	13488	Булочка сахарная						
		Мука в/с / Вода / Сахар песок / Соус в	50	4,55	3,06	34,59	184,10	

ассортименте на основе растительного масла /
Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные /
Масло растительное / Соль йодированная

Хлеб

ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Хлеб пшеничный					

Стоимость рациона: 145 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