

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 25.11.2025

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 блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
			гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Спагетти мясное с соусом					
		Спагетти мясное Лада / Соус томатный:					
TTK	20522	(Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	90	8,35	12,06	3,71	156,80
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная Чай ягодный	150	5,65	4,29	36,02	205,29
TTK	13514	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
		Итого:	485	17,56	16,76	74,82	520,38
		Итого ХЕ:				6,24	

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

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность

рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	7016	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Спагетти мясное с соусом Спагетти мясное Лада / Соус томатный:	175	0,70	0,70	17,15	77,70
TTK	20522	(Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	90	8,35	12,06	3,71	156,80
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная Чай ягодный	150	5,65	4,29	36,02	205,29
TTK	13514	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Итого: Итого ХЕ: Стоимость рациона:	45	3,42	0,36	22,14	105,48
			660	18,26	17,46	91,97	598,08
						7,66	
							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	Пищевая ценность			
			гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	7016	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Спагетти мясное с соусом Спагетти мясное Лада / Соус томатный:	175	0,70	0,70	17,15	77,70
TTK	20522	(Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	90	8,35	12,06	3,71	156,80
469/96;516/3/0	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29

4		Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная Чай ягодный						
TTK	13514	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81	
	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48	
		Хлеб пшеничный						
		Итого:	660	18,26	17,46	91,97	598,08	
		Итого ХЕ:				7,66		

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			
Таб.№24/96	7016	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Спагетти мясное с соусом Спагетти мясное Лада / 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)	175	0,70	0,70	17,15	77,70
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная Чай ягодный	150	5,65	4,29	36,02	205,29
TTK	13514	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
		Хлеб пшеничный					
		Итого:	660	18,26	17,46	91,97	598,08
		Итого ХЕ:			7,66		

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 Пищевая ценность				
			гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
82/07 ДeЛи 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 Плов из свинины (свин.лопатка) Рис / Свинина б/к (лопатка) / Морковь свежая	200	1,55	4,11	10,25	84,23
403/96	19911	п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное 30/150 / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист Напиток Витошка витаминизированный	10,39	21,48	39,99	394,86	
ТТК	20528	Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200		9,70	38,80	
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Итого: Итого ХЕ:	35	2,66	0,28	17,22	82,04
			615	14,60	25,88	77,16	599,93
						6,43	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход Пищевая ценность				
			гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
82/07 ДeЛи принт	5709	Огурец солёный Огурцы соленые 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	25	0,22	0,03	0,47	3,03
	15246		200	1,55	4,11	10,25	84,23

			песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист						
			Плов из свинины (свин.лопатка)						
			Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая						
403/96	20425	п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф 40/150	12,50	28,46	39,99	466,16			
		/ Томатная паста в асс. / Соль йодированная /							
		Лавровый лист							
		Напиток Витошка витаминизированный							
ТТК	20528	Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200		9,70	38,80			
		Слойка с ветчиной и сыром							
ТТК	13996	Слойка с ветчиной и сыром п/ф 44г. / Яйцо свежее	35	4,52	8,43	13,49	147,91		
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88		
		Хлеб в ассортименте							
ТТК	20251	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62		
		Хлеб ржаной							
		Итого:	690	21,68	41,46	91,70	826,63		
		Итого ХЕ:				7,64			
		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	Пищевая ценность				
				гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	5709	Огурец солёный						
		Огурцы соленые	25	0,22	0,03	0,47	3,03	
		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 /	200	1,55	4,11	10,25	84,23	
82/07 ДeЛи принт	15246							

		Лавровый лист						
		Плов из свинины (свин.лопатка)						
		Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая						
403/96	20425	п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф 40/150 / Томатная паста в асс. / Соль йодированная /	12,50	28,46	39,99	466,16		
		Лавровый лист						
		Напиток Витошка витаминизированный						
ТТК	20528	Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200		9,70	38,80		
		Слойка с ветчиной и сыром						
ТТК	13996	Слойка с ветчиной и сыром п/ф 44г. / Яйцо свежее	35	4,52	8,43	13,49	147,91	
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
ТТК	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62	
		Итого:	690	21,68	41,46	91,70	826,63	
		Итого ХЕ:				7,64		

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	
				Ккал			
№ табл, 24/94	5086	Холодные блюда Виноград свежий	100	0,62	0,62	16,02	72,18
		Виноград свежий в асс.					
Таб.№24/96	8952	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	110	1,65	0,55	23,10	103,95
		Салат из свежих помидоров и огурцов с соусом					
40/97	6353	Салат из свежих помидоров и огурцов с соусом : (Помидор свежий / Огурец свежий / 50 Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная)	0,76	6,78	2,14	72,62	
Сб.рец.Москва 20006		Салат Оливье с ветчиной	50	1,44	2,54	2,68	39,35

		Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Зелень (лук зел.укроп.петрушка)) Яйцо под соусом с кукурузой						
2022г.								
ТТК	19939	Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Соус в ассортименте на основе растительного масла Первые блюда 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 Вторые блюда Котлета Сытная с сол.огурцом	1/10/10 5,31	10,24	2,41	123,03		
82/07 Де Ли принт	15246	Котлета Сытная п/ф 80гр. (говяд., мясо птицы) / Огурцы соленые / Масло растительное Медальоны куриные с сыром	200	1,55	4,11	10,25	84,23	
ТТК	20656	Медальоны куриные с сыром п/ф 64г. / Масло растительное Макароны отварные с мясом прессованным и томатом	90	8,10	10,29	14,82	184,26	
	13177	Макароны отварные с мясом прессованным и томатом : (Спагетти (макароны) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр /	55	10,97	17,67	2,12	211,36	
Москва 2022г.	20135	Макароны отварные с мясом прессованным и томатом : (Спагетти (макароны) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр /	200	8,22	10,60	43,05	300,53	

			Томатная паста в асс. / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Чеснок / Соль йодированная)					
403/96	20425		Плов из свинины (свин.лопатка)					
			Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая					
			п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф 40/150	12,50	28,46	39,99	466,16	
			/ Томатная паста в асс. / Соль йодированная /					
			Лавровый лист					
			Гарниры и соусы					
			Картофельное пюре					
472/96	549		Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное /	150	3,30	4,98	22,06	146,26
			Соль йодированная					
469/96;516/3/0 4	1669		Макароны отварные					
			Вода / Макаронные изделия / Масло	150	5,65	4,29	36,02	205,29
			растительное / Соль йодированная					
			Третьи блюда					
			Чай с сахаром					
628/96г.	259		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай	200			14,97	66,18
			черный (развесной) / Сахар песок					
			Мучные изделия					
			Булочка Российская					
			Булочка Российская: (Яйцо свежее / Яйцо					
			свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок /					
№775/04	2247		Масло растительное / Молоко / Сахар песок /	30	2,27	2,64	18,44	106,60
			Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло					
			растительное / Соль йодированная /					
			Ванилин)					
			Булочка Золотистая					
			Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Масло					
ТТК	8993		растительное / Повидло в асс. / Дрожжи	30	2,51	2,51	18,11	105,07
			прессованные / Мука в/с / Масло сливочное /					
			Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная /					
			Масло растительное					
			Хлеб					

ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
----	-------	---------------------------------------	----	------	------	------	-------

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