

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 26.11.2025

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 гр.	Пищевая ценность		
				Белки	Жиры	Углеводы
		Тефтельки куриные в соусе				
		Тефтельки куриные п/ф / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь				
TTK	20548	свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / 90 Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	4,43	8,70	7,56	126,30
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / 150 Соль йодированная Чай фруктовый	4,58	4,81	22,12	150,09
TTK	4145	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	0,20	0,04	19,01	77,20
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30
		Итого:	465	11,11	13,75	60,99
		Итого ХЕ:				412,19
						5,08

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	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
TTK	20581	Голубцы ленивые из говядины растительное	90	6,92	8,31	11,74	149,45
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная Чай с сахаром	150	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Итого: Итого ХЕ: Стоимость рациона:	50	3,80	0,40	24,60	117,20
			590	16,20	13,72	81,53	520,72
						6,79	
						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	Ккал
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
TTK	20581	Голубцы ленивые из говядины растительное	90	6,92	8,31	11,74	149,45
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная Чай с сахаром	150	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20

Хлеб пшеничный						
	Итого:	590	16,20	13,72	81,53	520,72
	Итого ХЕ:			6,79		

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.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
TTK	20581	Голубцы ленивые из говядины растительное	90	6,92	8,31	11,74	149,45
464/96	3714	Голубцы ленивые из говядины п/ф / Масло Каша гречневая вязкая	150	4,58	4,81	22,12	150,09
628/96г.	259	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная Чай с сахаром	200			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Итого:	590	16,20	13,72	81,53	520,72
		Итого ХЕ:			6,79		

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	
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
TTK	17768	Спагетти (макароны) отварные с соусом Болоньезе	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18

		Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная)					
ТТК	20633	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая 200 / Лимонная кислота	0,12	0,05	16,41	66,53	
ТТК	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Итого:	675	19,73	23,30	103,63	703,14
		Итого ХЕ:				8,64	

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
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь	60	0,53	0,07	1,13
138/96	169	свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист Спагетти (макароны) отварные с соусом Болоньезе	200	4,83	4,41	15,87
ТТК	17768	Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш	150/75	11,14	18,34	48,63
						404,18

		Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная)					
TTK	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая 200 / Лимонная кислота	0,12	0,05	16,41	66,53	
	18149	Корж молочный 50г.	5,11	9,34	50,82	307,84	
TTK	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
PП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Итого:	735	25,37	32,71	155,58	1 018,25
		Итого ХЕ:				12,97	
		Стоимость рациона:	128				
			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
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	0,53	0,07	1,13
		Суп картофельный с горохом				
		Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь				
138/96	169	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
		Спагетти (макароны) отварные с соусом				
		Болоньезе				
TTK	17768	Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль	150/75	11,14	18,34	48,63
						404,18

		йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная)				
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая 200 / Лимонная кислота	0,12	0,05	16,41	66,53
	18149	Корж молочный 50г.	5,11	9,34	50,82	307,84
ТТК	20251	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96
		Хлеб ржаной				39,62
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76
		Хлеб пшеничный				70,32
		Итого:	735	25,37	32,71	155,58
		Итого ХЕ:				1 018,25
						12,97

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	12722	Холодные блюда Десерт фруктовый (киви) Киви	120	0,96	0,48	9,72	47,04
Таб.№24/96	7365	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие Салат картофельный с ветчиной (изд.прессов.горош.зел.огурец сол.соус)	130	1,04	0,26	9,75	45,50
Сб.рец.Москва 2022г.	20007	Салат картофельный с ветчиной (изд.прессов.горош.зел.огурец сол.соус): (Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Огурцы соленые / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Соус в ассортименте на основе растительного	75	1,64	2,23	9,77	65,69

		масла / Соль йодированная)					
		Салат Майский (огур.св,яйцо,соус)					
TTK	13970	Салат "Майский": (Яйцо свежее / Огурец свежий / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Соль йодированная)	50	2,97	9,02	0,92	96,74
		Яйцо под соусом с зеленым горошком					
TTK	14136	Яйцо свежее / Горошек зеленый консервированный / Соус в ассортименте на основе растительного масла	1/10/10	5,84	11,33	1,65	131,93
		Первые блюда					
		Суп картофельный с горохом					
		Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь					
138/96	169	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
		Вторые блюда					
		Котлета натур.куриная на косточке					
TTK	13432	Котлета натур.куриная на косточке / Масло растительное	75	18,86	22,29	0,23	276,97
		Тефтельки куриные в соусе					
		Тефтельки куриные п/ф / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь					
TTK	20548	свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / 90 Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное	4,43	8,70	7,56		126,30
		Спагетти (макароны) отварные с соусом					
		Болоньезе					
		Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти					
TTK	17768	(макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Масло растительное	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18

			/ Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная) Пельмени отварные с курицей Кроха,с маслом						
TTK	20248		Пельмени "МБ" с курицей (Кроха) / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист Гарниры и соусы Рис оригинальный	150	20,21	13,70	34,10	342,00	
TTK	6527		Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист Спагетти (макароны) отварные	150	4,30	6,18	41,84	240,18	
469/96	15763		Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная Третьи блюда Чай с сахаром	150	5,60	5,66	35,88	216,84	
628/96г.	259		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок Мучные изделия	200			14,97	66,18	
TTK	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	
TTK	14182		Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее Хлеб	35	1,64	5,74	14,41	115,86	
ПП	365		Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
ПП	13185		Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43	

Хлеб ржаной

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