

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" 2 корпус (ул.
Тополиная, 18)

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 26.11.2025

МБУ "Школа № 90" 2 корпус (ул. Тополиная, 18)

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОВЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 класс, 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
TTK	20548	Тефтельки куриные в соусе Тефтельки куриные п/ф / 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) / Масло растительное	90	4,43	8,70	7,56	126,30
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль 150 йодированная Чай фруктовый	150	4,58	4,81	22,12	150,09
TTK	4145	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
TTK	16640	Пряники в асс. 30 г. Пряники в асс.	30	1,50	1,65	22,50	110,85
		Итого:	500	12,99	15,44	85,95	534,76
		Итого ХЕ:				7,16	

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				
TTK	20548	Тефтельки куриные п/ф / 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) / Масло растительное	90	4,43	8,70	7,56
464/96	3714	Каша гречневая вязкая				
		Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12
		Чай фруктовый				
TTK	4145	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76
		Хлеб пшеничный				
		Итого:	470	11,49	13,79	63,45
		Итого ХЕ:				423,91
						5,29

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
		Тефтельки куриные в соусе				
TTK	20548	Тефтельки куриные п/ф / 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) / Масло растительное	90	4,43	8,70	7,56
464/96	3714	Каша гречневая вязкая				
		Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12

ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
Таб.24/96	2464	Хлеб пшеничный Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
		Итого:	585	13,53	14,11	78,93	496,87
		Итого ХЕ:				6,58	
		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	
						Ккал	
ТТК	20548	Тефтельки куриные в соусе Тефтельки куриные п/ф / 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) / Масло растительное	90	4,43	8,70	7,56	126,30
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
Таб.24/96	2464	Хлеб пшеничный Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
		Итого:	585	13,53	14,11	78,93	496,87
		Итого ХЕ:				6,58	

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	
TTK	20548	Тефтельки куриные в соусе Тефтельки куриные п/ф / 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) / Масло растительное Каша гречневая вязкая	90	4,43	8,70	7,56	126,30
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль 150 йодированная Чай фруктовый	150	4,58	4,81	22,12	150,09
TTK	4145	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
		Итого:	585	13,53	14,11	78,93	496,87
		Итого ХЕ:					6,58

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 Спагетти (макароны) отварные с соусом	200	4,83	4,41	15,87	122,49
TTK	17768	Болоньезе Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18

(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)

Напиток из сливы зам.п.с.,

TTK	20633	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Хлеб пшеничный					
TTK	20251	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
		Хлеб ржаной					
		Итого:	675	19,73	23,30	103,63	703,14
		Итого ХЕ:					8,64

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4 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 Спагетти (макароны) отварные с соусом Болоньезе Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль	200	4,83	4,41	15,87	122,49
TTK	17768	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)	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	0,53	0,07	1,13	7,27

TTK	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
TTK	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
		Булочка Золотистая					
TTK	3147	Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Повидло в асс. / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,18	4,19	30,19	175,19
		Итого:	795	25,20	27,64	139,87	909,04
		Итого ХЕ:				11,66	
		Стоимость рациона:				110,14	руб.

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	
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 Спагетти (макароны) отварные с соусом Болоньезе Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль	200	4,83	4,41	15,87	122,49
TTK	17768	йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый 150/75 11,14 18,34 48,63 404,18 п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Чеснок / Соль йодированная)					
	12142	Огурец солёный	60	0,53	0,07	1,13	7,27

		Огурцы соленые						
		Напиток из сливы зам.п.с.,						
ТТК	20633	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая /	200	0,12	0,05	16,41	66,53	
		Лимонная кислота						
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
		Хлеб пшеничный						
ТТК	20251	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62	
		Хлеб ржаной						
Таб. №24/96	6604	Десерт фруктовый (банан)	140	2,10	0,70	29,40	132,30	
		Бананы свежие						
		Итого:	875	22,36	24,07	134,16	842,71	
		Итого ХЕ:					11,18	
		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
		Суп картофельный с горохом				
138/96	169	Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /	200	4,83	4,41	15,87
		Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист				
		Спагетти (макароны) отварные с соусом				
		Болоньезе				
		Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) /	150/75	11,14	18,34	48,63
ТТК	17768	Вода / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. /				
		Чеснок / Соль йодированная)				
	12142	Огурец солёный	60	0,53	0,07	1,13
		Огурцы соленые				
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с.,	200	0,12	0,05	16,41
						66,53

		Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая /					
		Лимонная кислота					
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Хлеб пшеничный					
ТТК	20251	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
		Хлеб ржаной					
Таб.		Десерт фруктовый (банан)	140	2,10	0,70	29,40	132,30
№24/96	6604	Бананы свежие					
		Итого:	875	22,36	24,07	134,16	842,71
		Итого ХЕ:					11,18

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОВЗ), для обучающихся с 1 по 4 класс, 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
138/96	169	Суп картофельный с горохом					
		Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая					
		п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /	200	4,83	4,41	15,87	122,49
		Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль					
		йодированная / Лавровый лист					
		Спагетти (макароны) отварные с соусом					
		Болоньезе					
		Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти					
		(макароны) / Масло растительное / Соль					
ТТК	17768	йодированная) / Соус Болоньезе: (Фарш Особый	150/75	11,14	18,34	48,63	404,18
		п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) /					
		Вода / Масло растительное / Морковь свежая					
		п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. /					
		Чеснок / Соль йодированная)					
	12142	Огурец солёный	60	0,53	0,07	1,13	7,27
		Огурцы соленые					
		Напиток из сливы зам.п.с.,					
ТТК	20633	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая /	200	0,12	0,05	16,41	66,53
		Лимонная кислота					
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76

TTK	20251	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлеб ржаной Булочка Золотистая Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Масло	20	1,36	0,26	7,96	39,62
TTK	3147	растительное / Повидло в асс. / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное	50	4,18	4,19	30,19	175,19
		Итого:	795	25,20	27,64	139,87	909,04
		Итого ХЕ:					11,66

Зав.производством Костерина В. В.

Ответственный за питание _____ / _____ /

СанПин 2.3/2.4.3590-20

Россия, 445043, Самарская обл., г.Тольятти,
ул.Северная, 35
E-mail: eda0910@mail.ru