

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р
Татищева, 19)

Подольяко В. И.

МЕНЮ

на 10.10.2025

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	Ккалл
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ.	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
		Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко					
		сгущенное / Масло растительное					
ТТК	315	Чай без сахара	200				
		Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))					
		Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)					
ПП	20365	Мясо прессованное	10	0,12	0,21		2,35
		Хлеб пшеничный					
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Хлеб пшеничный					
		Итого:	365	23,02	8,38	46,43	353,20
		Итого ХЕ:				3,87	

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	Ккалл
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ.	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
		Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко					
		сгущенное / Масло растительное					
	315	Чай без сахара	200				

		Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))					
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	10	0,12	0,21		2,35
		Мясо прессованное					
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Хлеб пшеничный					
		Итого:	365	23,02	8,38	46,43	353,20
		Итого ХЕ:				3,87	
		Стоимость рациона:	70 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	Ккалл
Таб.№24/9612131		Десерт фруктовый (груша)	85	0,34	0,26	8,76	38,74
		Груша свежая					
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ.	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
		Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко					
		сгущенное / Масло растительное					
	315	Чай без сахара	200				
		Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))					
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	10	0,12	0,21		2,35
		Мясо прессованное					
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Хлеб пшеничный					
		Итого:	450	23,36	8,64	55,19	391,94
		Итого ХЕ:				4,60	

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	Ккалл
Таб.№24/9612131		Десерт фруктовый (груша)	85	0,34	0,26	8,76	38,74
		Груша свежая					
		Сырники классические с молоком сгущ.					
ТТК	19762	Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
		сгущенное / Масло растительное					

	315	Чай без сахара	200				
		Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))					
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	10	0,12	0,21		2,35
		Мясо прессованное					
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Хлеб пшеничный					
		Итого:	450	23,36	8,64	55,19	391,94
		Итого ХЕ:				4,60	

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	Ккалл
82/07 ДеЛи 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	200	1,55	4,11	10,25	84,23
ТТК	20319	Котлета из говядины	70	9,11	12,96	6,35	178,48
		Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное					
464/96	1958	Каша гречневая вязкая	100	3,05	3,33	14,75	101,17
		Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная					
628/96г.	259	Чай с сахаром	200				
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) /				14,97	66,18
		Сахар песок					
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
		Итого:	590	15,23	20,56	56,16	476,94
		Итого ХЕ:				4,68	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
82/07 ДеЛи принт	15246	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,55	4,11	10,25	84,23
		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					
ТТК	20319	Котлета из говядины	70	9,11	12,96	6,35	178,48
		Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное					
464/96	1958	Каша гречневая вязкая	100	3,05	3,33	14,75	101,17
		Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная					
		Чай с сахаром					
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) /	200			14,97	66,18
		Сахар песок					
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
		Итого:	590	15,23	20,56	56,16	476,94
		Итого ХЕ:				4,68	
		Стоимость рациона:	87,1 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	7773	Десерт фруктовый (груша)	110	0,44	0,33	11,33	50,05
		Груша свежая					
		Борщ из свежей капусты с картофелем					
82/07 ДеЛи принт	15246	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	200	1,55	4,11	10,25	84,23
ТТК	20319	Котлета из говядины	70	9,11	12,96	6,35	178,48
464/96	3714	Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное					
		Каша гречневая вязкая	150	4,58	4,81	22,12	150,09
		Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная					
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы	200	0,16	0,06	21,88	88,70
		Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная					

ПП	420	кислота Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
ПП	1561	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
Итого:			785	19,82	22,84	96,64	671,44
Итого ХЕ:						8,05	

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
№ табл, 24/94	5086	Холодные блюда Виноград свежий Виноград свежий в асс.	100	0,62	0,62	16,02	72,18
Таб.№24/963598		Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	130	1,17	0,26	10,53	49,14
40/97	11819	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Помидор свежий / Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф	80	0,65	4,07	2,91	50,87
43/97	7239	Салат "Степной " Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла	100	2,05	6,88	9,06	106,36
ТТК	7074	Салат из моркови с чесноком и маслом раст. Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Чеснок	100	1,80	13,50	7,24	157,66
82/07 ДеЛи принт	15246	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	200	1,55	4,11	10,25	84,23
ТТК	20525	Вторые блюда Изделие колбасное из мяса кур Молодежные	90	12,88	7,82	2,30	131,10

		Изделия колбасные вареные из мяса кур охл. сосиски						
		Молодежные МБ						
ТТК	20319	Котлета из говядины	70	9,11	12,96	6,35	178,48	
		Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Масло растительное						
ТТК	16856	Наггетсы куриные рубленые	45	9,38	9,50	2,02	131,10	
		Наггетсы куриные рубленые п/ф 51г. / Масло растительное						
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой	170	27,20	15,77	35,19	391,47	
		Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное						
		Гарниры и соусы						
		Картофельное пюре						
472/96	14275	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль	130	2,92	4,43	19,15	128,19	
		йодированная						
		Капуста свежая тушеная						
482/96;534/ 04	1497	Капуста свежая п/ф (очищенная) / Лук репчатый п/ф / Сахар	150	3,63	4,36	15,44	115,52	
		песок / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Морковь						
		свежая п/ф / Соль йодированная / Мука в/с / Лимонная						
		кислота / Лавровый лист						
		Третьи блюда						
		Чай с сахаром						
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) /	200			14,97	66,18	
		Сахар песок						
		Мучные изделия						
		Булочка Российская						
№775/04	2247	Булочка Российская: (Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с /	30	2,27	2,64	18,44	106,60	
		Вода / Сахар песок / Масло растительное / Молоко / Сахар						
		песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло						
		растительное / Соль йодированная / Ванилин)						
		Булочка Золотистая						
ТТК	8993	Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Масло растительное /	30	2,51	2,51	18,11	105,07	
		Повидло в асс. / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Масло						
		сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная /						
		Масло растительное						
		Хлеб						
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	

Хлеб в ассортименте

Стоимость рациона:

137 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