

Согласовано

:

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

____ Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 13.01.2026

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
		Рулет куриный Красная птица с овощами припущ.(капуста,морк)					
	20568	Рулет Красная птица Лада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.): (Морковь свежая п/ф / Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макаaronные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки КМ в асс	22	0,70	2,40	8,30	57,60
ПП	15227	Батон в ассортименте Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,77
		Итого:	507	15,97	18,97	88,74	595,85
		Итого ХЕ:				7,39	

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	Ккал
	20568	Рулет куриный Красная птица с овощами припущ.(капуста,морк) Рулет Красная птица Лада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.): (Морковь свежая п/ф / Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	15227	Батон в ассортименте Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,77
Итого:			485	15,27	16,57	80,44	538,25
Итого ХЕ:						6,70	

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
	20568	Рулет куриный Красная птица с овощами припущ.(капуста,морк) Рулет Красная птица Лада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.): (Морковь свежая п/ф / Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное	150	5,65	4,29	36,02	205,29

		/ Соль йодированная						
		Чай с сахаром						
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97		66,18
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс.	22	0,70	2,40	8,30		57,60
		Печенье тарталетки КМ в асс						
ПП	15227	Батон в ассортименте	45	3,38	1,31	23,13		117,77
		Батон						
Таб. №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко)	110	0,56	0,44	12,17		54,88
		Яблоко свежее местное						
		Итого:	617	16,53	19,41	100,91		650,73
		Итого ХЕ:				8,41		
		Стоимость рациона:	95,46 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	
		Рулет куриный Красная птица с овощами припущ.(капуста,морк)						
	20568	Рулет Красная птица Лада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.): (Морковь свежая п/ф / Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	6,24	10,98	6,32		149,01
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные						
		Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02		205,29
		Чай с сахаром						
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97		66,18
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс.	22	0,70	2,40	8,30		57,60
		Печенье тарталетки КМ в асс						
ПП	15227	Батон в ассортименте	45	3,38	1,31	23,13		117,77
		Батон						

Таб. №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
		Итого:	617	16,53	19,41	100,91	650,73
		Итого ХЕ:				8,41	

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	Ккал
		Рулет куриный Красная птица с овощами припущ.(капуста,морк)					
	20568	Рулет Красная птица Лада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.): (Морковь свежая п/ф / Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20448	Печенье тарталетки в асс. Печенье тарталетки КМ в асс	22	0,70	2,40	8,30	57,60
ПП	15227	Батон в ассортименте Батон	45	3,38	1,31	23,13	117,77
Таб. №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
		Итого:	617	16,53	19,41	100,91	650,73
		Итого ХЕ:				8,41	

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	Ккал

109/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной 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 п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
403/96	19911	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженная / Лимонная кислота	30/150	10,39	21,48	39,99	394,86
ТТК	20633	Хлеб пшеничный	200	0,12	0,05	16,41	66,53
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			640	16,12	27,54	91,61	678,79
Итого ХЕ:						7,63	

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
109/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной 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) Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
403/96	20425		40/150	12,50	28,46	39,99	466,16

		/ Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист						
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженная / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53	
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Булочка с кунжутом	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
ТТК	13916	Булочка с кунжутом: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная)	75	6,47	1,76	42,39	211,28	
		Итого:	725	24,71	36,28	134,00	961,38	
		Итого ХЕ:				11,17		
		Стоимость рациона:	114,91 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
109/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной 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) Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
403/96	20425	/ Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с.,	200	0,12	0,05	16,41	66,53

Пром	350	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженная / Лимонная кислота	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Хлеб пшеничный					
ТТК	13916	Хлеб пшеничный	75	6,47	1,76	42,39	211,28
		Булочка с кунжутом					
Таб. №24/96	7092	Булочка с кунжутом: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная)	90	0,72	0,18	6,75	31,50
		Десерт фруктовый (мандарин)					
		Мандарины свежие	815	25,43	36,46	140,75	992,88
		Итого:					
		Итого ХЕ:				11,73	
		Стоимость рациона:	133,65	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
109/96	15798	Борщ из свежей капусты со сметаной	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
		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) /					
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка)	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
		Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист					
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженная / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53

Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Хлеб пшеничный					
		Булочка с кунжутом					
ТТК	13916	Булочка с кунжутом: (Яйцо свежее / Мука в/с /	75	6,47	1,76	42,39	211,28
		Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. /					
		Масло растительное / Дрожжи прессованные /					
		Соль йодированная)					
Таб. №24/96	7092	Десерт фруктовый (мандарин)	90	0,72	0,18	6,75	31,50
		Мандарины свежие					
		Итого:	815	25,43	36,46	140,75	992,88
		Итого ХЕ:				11,73	

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
		Борщ из свежей капусты со сметаной					
		Борщ из свежей капусты с картофелем : (Вода /					
		Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) /					
109/96	15798	Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук	200/10	1,81	5,61	10,61	100,21
		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)					
403/96	20425	Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
		/ Масло растительное / Лук репчатый п/ф /					
		Томатная паста в асс. / Соль йодированная /					
		Лавровый лист					
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с.,	200	0,12	0,05	16,41	66,53
		Вода / Сахар песок / Слива свежемороженная /					
		Лимонная кислота					
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
		Хлеб пшеничный					
ТТК	13916	Булочка с кунжутом	75	6,47	1,76	42,39	211,28

Булочка с кунжутом: (Яйцо свежее / Мука в/с /
Вода / Сахар песок / Семена кунжута в асс. /
Масло растительное / Дрожжи прессованные /
Соль йодированная)

Итого:	725	24,71	36,28	134,00	961,38
Итого ХЕ:				11,17	

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