

Согласовано

:

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

____ Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 14.01.2026

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				
		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным						
ТТК	20538	Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43	
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок				14,97	66,18	
Таб. №24/96	10148	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	155	0,62	0,62	17,52	78,14	
		Итого:	505	17,91	18,78	81,94	574,75	
		Итого ХЕ:				6,83		

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				
------------------	-----------	--------------	-----------	--	--	--	--	--

		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным						
ТТК	20538	Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженной: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43	
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок				14,97	66,18	
Таб. №24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	90	0,36	0,36	10,17	45,36	
		Итого:	440	17,65	18,52	74,59	541,97	
		Итого ХЕ:				6,22		

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	
		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным						
ТТК	20538	Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженной: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43	
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок				14,97	66,18	
Таб. №24/96	8454	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	125	0,50	0,38	12,88	56,94	
		Итого:	475	17,79	18,54	77,30	553,55	
		Итого ХЕ:				6,44		
		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	
ТТК	20538	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43	
		Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженной: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное						
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18	
Таб. №24/96	8454	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	125	0,50	0,38	12,88	56,94	
Итого:			475	17,79	18,54	77,30	553,55	
Итого ХЕ:						6,44		

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	
ТТК	20538	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43	
		Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженной: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное						
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18	
Таб. №24/96	8454	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	125	0,50	0,38	12,88	56,94	
Итого:			475	17,79	18,54	77,30	553,55	

Итого ХЕ: 6,44

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
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
416/96;451 /04	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	8,64	6,74	7,80	126,42
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	2,20	3,44	14,70	98,56
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с. Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	200	0,20	0,04	16,75	68,20
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
ТТК	18336	Печенье Сахарное 16г. Печенье сахарное	16	1,20	1,57	11,90	66,53
Итого:			596	19,35	16,44	81,79	552,51
Итого ХЕ:						6,82	

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	200	4,83	4,41	15,87	122,49

		йодированная / Лавровый лист					
		Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом					
		Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб): (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо					
		птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный /					
416/96	20390	Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / 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)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
		Картофельное пюре					
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
Таб.24/94г	7726	Огурец солёный	15	0,13	0,02	0,28	1,82
		Огурцы соленые					
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20
		Вода / Апельсины свежие / Сахар песок					
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Хлеб пшеничный					
ТТК	16640	Пряники в асс. 30 г.	30	1,50	1,65	22,50	110,85
		Пряники в асс.					
		Итого:	725	21,36	20,62	103,11	683,46
		Итого ХЕ:				8,59	

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
		Суп картофельный с горохом					
138/96	169	Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль	200	4,83	4,41	15,87	122,49

		йодированная / Лавровый лист					
		Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом					
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб): (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / 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)	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53
472/96	549	Картофельное пюре					
		Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20
		Вода / Апельсины свежие / Сахар песок					
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Хлеб пшеничный					
Таб. №24/96	6604	Десерт фруктовый (банан)	140	2,10	0,70	29,40	132,30
		Бананы свежие					
		Итого:	820	21,83	19,65	109,73	703,09
		Итого ХЕ:				9,14	
		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
		Суп картофельный с горохом					
138/96	169	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
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53

		соусом						
		Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб):						
		(Фарш Особый п/ф замороженный (мясо						
		птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный /						
		Сухари панировочные / Масло растительное /						
		Соль йодированная) / 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)						
		Картофельное пюре						
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное /	150	3,30	4,98	22,06	146,26	
		Соль йодированная						
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20	
		Вода / Апельсины свежие / Сахар песок						
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
		Хлеб пшеничный						
Таб.		Десерт фруктовый (банан)	140	2,10	0,70	29,40	132,30	
№24/96	6604	Бананы свежие						
		Итого:	820	21,83	19,65	109,73	703,09	
		Итого ХЕ:				9,14		

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	
		Суп картофельный с горохом						
		Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая						
138/96	169	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						
		Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с						
		соусом						
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб):	50/50	9,12	9,28	10,89	163,53	

		(Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / 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)						
472/96	549	Картофельное пюре						
		Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26	
Таб.24/94г	7726	Огурец солёный	15	0,13	0,02	0,28	1,82	
		Огурцы соленые						
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20	
		Вода / Апельсины свежие / Сахар песок						
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
		Хлеб пшеничный						
ТТК	16640	Пряники в асс. 30 г.	30	1,50	1,65	22,50	110,85	
		Пряники в асс.						
		Итого:	725	21,36	20,62	103,11	683,46	
		Итого ХЕ:				8,59		

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