

Согласовано

:

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

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 16.01.2026

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
Таб №25/96	2311	Сыр порционный Сыр	15	3,69	4,69		56,97
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная Чай с сахаром	200/5	8,35	9,82	34,12	258,26
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	20245	Йогурт 2,5% 100гр.в асс.ТМ Йогурт 2,5% 100гр.в асс. Итого: Итого ХЕ:	100	2,80	2,50	10,00	73,70
			555	17,50	17,29	76,31	537,15
						6,36	

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
Таблица	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	200/5	8,35	9,82	34,12	258,26

			Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная Чай с сахаром				
628/96г.	259		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок		14,97	66,18	
TTK	20245		Йогурт 2,5% 100гр.в асс.ТМ Йогурт 2,5% 100гр.в асс.	100	2,80	2,50	10,00 73,70
			Крендель с сахаром				
TTK	5149		Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	3,94	5,96	30,87 192,88
			Итого:	555	15,09	18,28	89,96 591,02
			Итого ХЕ:				7,50

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность
Таб №25/96	2311	Сыр порционный Сыр	15	Белки 3,69 Жиры 4,69 Углеводы Ккал 56,97
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35 9,82 34,12 258,26
		Чай с сахаром		
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок		14,97 66,18
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66 0,28 17,22 82,04
TTK	20245	Йогурт 2,5% 100гр.в асс.ТМ Йогурт 2,5% 100гр.в асс.	100	2,80 2,50 10,00 73,70
Таб. №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56 0,44 12,17 54,88
		Итого:	665	18,06 17,73 88,48 592,03
		Итого ХЕ:		
		Стоимость рациона:		7,37 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
Таб №25/96	2311	Сыр порционный	15	3,69	4,69		56,97
		Сыр					
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35	9,82	34,12	258,26
		Чай с сахаром					
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Хлеб пшеничный					
ТТК	20245	Йогурт 2,5% 100гр.в асс.ТМ	100	2,80	2,50	10,00	73,70
		Йогурт 2,5% 100гр.в асс.					
Таб. №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко)	110	0,56	0,44	12,17	54,88
		Яблоко свежее местное					
		Итого:	665	18,06	17,73	88,48	592,03
		Итого ХЕ:					7,37

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
Таб №25/96	2311	Сыр порционный	15	3,69	4,69		56,97
		Сыр					
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35	9,82	34,12	258,26
		Чай с сахаром					
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Хлеб пшеничный					

TTK	20245	Йогурт 2,5% 100гр.в асс.ТМ Йогурт 2,5% 100гр.в асс.	100	2,80	2,50	10,00	73,70
Таб. №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
		Итого:	665	18,06	17,73	88,48	592,03
		Итого ХЕ:				7,37	

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
		Суп лапша домашняя					
		Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф /					
№ 151/94	1266	Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
		Жаркое по-домашнему из филе цыплят (котл.мясо птицы)					
TTK	19923	Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	30/150	6,20	8,98	30,11	226,08
Таб №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые	20	0,16	0,02	0,34	2,18
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,26	0,11	25,88	105,55
TTK	18152	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	10	0,79	0,10	4,83	23,38
		Итого:	610	9,84	13,84	73,18	456,66
		Итого ХЕ:				6,10	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4 класс

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность

рецептур блюда		гр. Белки Жиры Углеводы Ккал					
		Суп лапша домашняя					
№ 151/94	1266	Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
ТТК	20286	Жаркое по-домашнему из филе цыплят (котл.мясо птицы)					
697/97	7820	Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	40/150	7,38	9,81	33,14	250,37
ПП	420	Компот из ягод замороженной					
№769/04	342	Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,26	0,11	25,88	105,55
		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Хлеб пшеничный					
		Булочка Домашняя					
		Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло					
		растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло	50	3,95	6,56	31,06	199,08
		растительное / Соль йодированная / Масло					
		растительное					
		Итого:	670	16,30	21,35	116,86	724,79
		Итого ХЕ:				9,74	
		Стоимость рациона:		114,91 руб.			

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс

Сборник Код рецептур блюда		Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
		Белки Жиры Углеводы Ккал					
		Суп лапша домашняя					
№ 151/94	1266	Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф /	200	2,43	4,63	12,02	99,47

			Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист Жаркое по-домашнему из филе цыплят (котл.мясо птицы)					
ТТК	20286		Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	40/150	7,38	9,81	33,14	250,37
697/97	7820		Компот из ягод замороженной Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,26	0,11	25,88	105,55
ПП	420		Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Булочка Домашняя Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное	30	2,28	0,24	14,76	70,32
№769/04	342		Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	50	3,95	6,56	31,06	199,08
Таб. №24/96	5769		Итого:	75	0,30	0,23	7,73	34,19
			Итого ХЕ:	745	16,60	21,58	124,59	758,98
			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 лапша домашняя		
№ 151/94	1266	Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль	200	2,43 4,63 12,02 99,47

			йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) /						
			Лавровый лист						
			Жаркое по-домашнему из филе цыплят						
			(котл.мясо птицы)						
ТТК	20286		Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	40/150	7,38	9,81	33,14	250,37	
697/97	7820		Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,26	0,11	25,88	105,55	
ПП	420		Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
			Хлеб пшеничный						
			Булочка Домашняя						
			Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное	50	3,95	6,56	31,06	199,08	
№769/04	342								
Таб.	5769		Десерт фруктовый (груша)	75	0,30	0,23	7,73	34,19	
№24/96			Груша свежая						
			Итого:	745	16,60	21,58	124,59	758,98	
			Итого ХЕ:					10,38	

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 лапша домашняя		
		Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф /		
№ 151/94	1266	Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,43 4,63 12,02 99,47

		Жаркое по-домашнему из филе цыплят (котл.мясо птицы)						
ТТК	20286	Картофель п/ф / Котлетное мясо птицы д/с / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	40/150	7,38	9,81	33,14	250,37	
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,26	0,11	25,88	105,55	
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Булочка Домашняя Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
№769/04	342	Итого:	50	3,95	6,56	31,06	199,08	
		Итого ХЕ:	670	16,30	21,35	116,86	724,79	
							9,74	

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