

Согласовано

:

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

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 19.01.2026

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	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	6,97	6,53	12,99	138,61
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 200 (развесной)) / Сахар песок			14,97	66,18	
TTK	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
Таб. №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
		Итого:	579	17,53	23,09	87,75	635,23
		Итого ХЕ:				7,31	

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			
таб.25/96	1169	Сыр порционный		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
			25	6,03	7,67		93,15

			Сыр					
Таблица №4/96	6705		Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом					
			Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар	200/5	8,35	9,82	34,12	258,26
			песок / Соль йодированная					
			Чай с сахаром					
628/96г.	259		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200				14,97	66,18
			(развесной) / Сахар песок					
TTK	20682		Печенье сдобное по-домашнему 24гр	24	1,65	6,30	13,50	117,30
			Печенье сдобное по-домашнему					
ПП	15288		Батон в ассортименте	20	1,50	0,58	10,28	52,34
			Батон					
			Итого:	474	17,53	24,37	72,87	587,23
			Итого ХЕ:				6,07	

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
Tab №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.)	20/20	6,97 6,53 12,99 138,61
		Сыр / Батон		
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом		
		Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар	200/5	8,35
		песок / Соль йодированная		9,82
		Чай с сахаром		34,12
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200		14,97
		(развесной) / Сахар песок		66,18
TTK	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр	24	1,65
		Печенье сдобное по-домашнему		6,30
Таб. №24/96	12251	Десерт фруктовый (груша)	105	0,42
		Груша свежая		0,32
		Итого:	574	17,39
		Итого ХЕ:		22,97
				86,40
				628,19
		Стоимость рациона:		7,20
				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	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	6,97	6,53	12,99	138,61
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 200 (развесной)) / Сахар песок				14,97	66,18
TTK	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
Таб. №24/96	12251	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	105	0,42	0,32	10,82	47,84
		Итого:	574	17,39	22,97	86,40	628,19
		Итого ХЕ:				7,20	

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	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.) Сыр / Батон	20/20	6,97	6,53	12,99	138,61
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 200 (развесной)) / Сахар песок				14,97	66,18
TTK	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
Таб. №24/96	12251	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	105	0,42	0,32	10,82	47,84
		Итого:	574	17,39	22,97	86,40	628,19
		Итого ХЕ:				7,20	

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
		Щи из свежей капусты с картофелем				
		Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) /				
		Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь				
120/96	171	свежая п/ф / Масло растительное / Морковь	200	1,52	4,11	7,35
		свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. /				
		Лавровый лист				
416/96	14295	Котлета рубленая из говядины	50	8,53	6,77	7,20
		Котлета рубленая из говядины п/ф 62 гр. / Масло				
		растительное				
469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02
		Вода / Макаронные изделия / Масло				
		растительное / Соль йодированная				
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с.,	200	0,12	0,05	16,41
		Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая /				
		Лимонная кислота				
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22
		Хлеб пшеничный				
Таб. №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко)	110	0,56	0,44	12,17
		Яблоко свежее местное				
		Итого:	745	19,04	15,94	96,37
		Итого ХЕ:				605,06
						8,03

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
		Щи из свежей капусты с картофелем				
		Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) /				
		Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь				
120/96	171	свежая п/ф / Масло растительное / Морковь	200	1,52	4,11	7,35
						72,47

		свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист					
		Котлета из говядины с соусом томатным					
		Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. /					
ТТК	20387	Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	9,30	13,97	7,58	193,25
469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные					
		Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
		Напиток из сливы зам.п.с.,					
ТТК	20633	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ПП	198	Хлеб пшеничный					
		Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
Таб. №24/96	15244	Десерт фруктовый (яблоко)					
		Яблоко свежее местное	150	0,60	0,60	14,70	66,60
		Итого:	825	19,85	23,30	99,28	686,18
		Итого ХЕ:				8,27	
		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	
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47

		Котлета из говядины с соусом томатным					
		Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. /					
TTK	20387	Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	9,30	13,97	7,58	193,25
469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29
		Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная					
TTK	20633	Напиток из сливы зам.п.с.,	200	0,12	0,05	16,41	66,53
		Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая /					
		Лимонная кислота					
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Хлеб пшеничный					
		Сырная палочка					
TTK №5,13	1110	Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	6,35	4,90	24,39	167,06
Таб. №24/96	5211	Десерт фруктовый (апельсин)	90	0,81	0,18	7,29	34,02
		Апельсины свежие					
		Итого:	815	26,41	27,78	116,26	820,66
		Итого ХЕ:				9,69	
		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	
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук	200	1,52	4,11	7,35	72,47

		зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист Котлета из говядины с соусом томатным Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. /					
ТТК	20387	Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	9,30	13,97	7,58	193,25
469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная Напиток из сливы зам.п.с.,	150	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	20633	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Сырная палочка	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК №5,13	1110	Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	6,35	4,90	24,39	167,06
Таб. №24/96	5211	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	90	0,81	0,18	7,29	34,02
		Итого:	815	26,41	27,78	116,26	820,66
		Итого ХЕ:				9,69	
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	Пищевая ценность			
		Щи из свежей капусты с картофелем	гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
120/96	171	Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь	200	1,52	4,11	7,35	72,47

		свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист					
		Котлета из говядины с соусом томатным					
		Котлета из говядины п/ф 86гр.Ап / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. /					
TTK	20387	Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	70/20	9,30	13,97	7,58	193,25
469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная Напиток из сливы зам.п.с.,	150	5,65	4,29	36,02	205,29
TTK	20633	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
Таб. №24/96	15244	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	150	0,60	0,60	14,70	66,60
		Итого:	825	19,85	23,30	99,28	686,18
		Итого ХЕ:				8,27	

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