

Согласовано

:

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

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 20.01.2026

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
TTK	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	15	1,65	3,00	33,60
		Мясо прессованное				
		Омлет натуральный				
284/96	9091	Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное / Соль йодированная	150	15,52	19,45	2,89
		Чай с сахаром п/с				
TTK	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		6,99	27,94
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68
		Хлеб пшеничный				
TTK	18336	Печенье Сахарное 16г.	16	1,20	1,57	11,90
		Печенье сахарное				
Таб. №24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко)	90	0,36	0,36	10,17
		Яблоко свежее местное				
		Итого:	511	21,77	24,70	51,63
		Итого ХЕ:				515,88
						4,30

Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Сборник Код Наименование Выход Пищевая ценность

рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
TTK	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	15	1,65	3,00		33,60
		Мясо прессованное					
		Омлет натуральный					
284/96	9091	Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное /	150	15,52	19,45	2,89	248,69
		Соль йодированная					
		Чай с сахаром п/с					
TTK	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
		Хлеб пшеничный					
TTK	19349	Печенье 2шт.	32	2,40	3,14	23,81	133,06
		Печенье сахарное					
		Итого:	437	22,61	25,91	53,36	537,05
		Итого ХЕ:				4,45	

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

класс

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	
TTK	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	15	1,65	3,00		33,60
		Мясо прессованное					
		Омлет натуральный					
284/96	9091	Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное /	150	15,52	19,45	2,89	248,69
		Соль йодированная					
		Чай с сахаром п/с					
TTK	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
TTK	18336	Печенье Сахарное 16г.	16	1,20	1,57	11,90	66,53
		Печенье сахарное					
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Хлеб пшеничный					
Таб.	3598	Десерт фруктовый (апельсин)	130	1,17	0,26	10,53	49,14
№24/96		Апельсины свежие					
		Итого:	541	21,82	24,52	47,07	496,22

Итого ХЕ: 3,92

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
TTK	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	15	1,65	3,00	33,60
		Мясо прессованное				
		Омлет натуральный				
284/96	9091	Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное / Соль йодированная	150	15,52	19,45	2,89
		Чай с сахаром п/с				
TTK	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		6,99	27,94
TTK	18336	Печенье Сахарное 16г.	16	1,20	1,57	11,90
		Печенье сахарное				
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76
		Хлеб пшеничный				
Таб. №24/96	3598	Десерт фруктовый (апельсин)	130	1,17	0,26	10,53
		Апельсины свежие				
		Итого:	541	21,82	24,52	47,07
		Итого ХЕ:				496,22
						3,92

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
TTK	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	15	1,65	3,00	33,60
		Мясо прессованное				
		Омлет натуральный				
284/96	9091	Яйцо свежее / Молоко / Масло растительное / Соль йодированная	150	15,52	19,45	2,89
		Чай с сахаром п/с				
TTK	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		6,99	27,94

TTK	18336	Печенье Сахарное 16г.	16	1,20	1,57	11,90	66,53
		Печенье сахарное					
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Хлеб пшеничный					
Таб. №24/96	3598	Десерт фруктовый (апельсин)	130	1,17	0,26	10,53	49,14
		Апельсины свежие					
		Итого:	541	21,82	24,52	47,07	496,22
		Итого ХЕ:					3,92

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 Голубцы ленивые куриные в соусе Голубцы ленивые с мясом курицы / 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) / Масло растительное Картофельное пюре	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20518		90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	12384	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	120	2,62	3,97	17,57	116,49
Таб №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые Чай с сахаром	20	0,16	0,02	0,34	2,18
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Итого:	660	18,28	19,03	68,85	526,10
		Итого ХЕ:				5,74	

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
		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
		Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль				
		йодированная / Лавровый лист				
		Голубцы ленивые куриные в соусе				
		Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус				
ТТК	20518	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) / Масло растительное	90	8,39	10,39	5,34
		Картофельное пюре				
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное /	150	3,30	4,98	22,06
		Соль йодированная				
Таб №24/96	1888	Огурец солёный	20	0,16	0,02	0,34
		Огурцы соленые				
		Напиток из ягод (смесь зам) п.с.				
ТТК	20629	Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76
		Хлеб пшеничный				
		Булочка Домашняя				
		Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло				
№769/04	342	растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло	50	3,95	6,56	31,06
		растительное / Соль йодированная / Масло				
		растительное				
		Итого:	740	23,12	26,66	107,19
		Итого ХЕ:				8,93
		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	
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 Голубцы ленивые куриные в соусе Голубцы ленивые с мясом курицы / 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) / Масло растительное	200	4,83	4,41	15,87	122,49
ТТК	20518	Картофельное пюре	90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
Таб №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые Напиток из ягод (смесь зам) п.с.	20	0,16	0,02	0,34	2,18
ТТК	20629	Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
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	Dесерт фруктовый (груша) Груша свежая	50	3,95	6,56	31,06	199,08
Таб. №24/96	5769	Итого: Итого ХЕ: Стоимость рациона:	815	23,42	26,89	114,92 9,58	795,36
				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		
		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 Голубцы ленивые куриные в соусе Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус	200	4,83	4,41	15,87	122,49	
138/96	169							
ТТК	20518	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) / Масло растительное Картофельное пюре	90	8,39	10,39	5,34	148,44	
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26	
Таб №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые Напиток из ягод (смесь зам) п.с.	20	0,16	0,02	0,34	2,18	
ТТК	20629	Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39	
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Булочка Домашняя Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
№769/04	342	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	
Таб. №24/96	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	0,30	0,23	7,73	34,19	
		Итого:	815	23,42	26,89	114,92	795,36	

Итого ХЕ:

9,58

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	
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 Голубцы ленивые куриные в соусе Голубцы ленивые с мясом курицы / Соус	200	4,83	4,41	15,87	122,49
TTK	20518	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) / Масло растительное Картофельное пюре	90	8,39	10,39	5,34	148,44
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
Таб №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые Напиток из ягод (смесь зам) п.с.	20	0,16	0,02	0,34	2,18
TTK	20629	Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,21	0,05	17,77	72,39
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный Булочка Домашняя Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло	30	2,28	0,24	14,76	70,32
№769/04	342	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
		Итого:	740	23,12	26,66	107,19	761,17
		Итого ХЕ:				8,93	

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