

Согласовано

:

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

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 21.01.2026

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		
				Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус		
ТТК	20538			Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное Чай с сахаром	130/20	17,29 18,16 49,45 430,43
628/96г.	259			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
ТТК	20538			Запеканка творожная с крошкой и соусом	130/20	17,29 18,16 49,45 430,43

десертным
 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
 Чай с сахаром п/с

ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок	6,99	27,94
Таб. №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56 0,44 12,17 54,88
		Итого:	460	17,85 18,60 68,61 513,25
		Итого ХЕ:		5,72

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 Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус		
ТТК	20538	Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное Чай с сахаром	130/20	17,29 18,16 49,45 430,43
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок		14,97 66,18
ТТК	16640	Пряники в асс. 30 г.	30	1,50 1,65 22,50 110,85
Таб. №24/96	2521	Пряники в асс. Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40 0,30 10,30 45,50
		Итого:	480	19,19 20,11 97,22 652,96
		Итого ХЕ:		8,10
		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		Пищевая ценность		
			гр.		Белки	Жиры	Углеводы
		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным					
		Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус					
ТТК	20538	Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное Чай с сахаром	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок			14,97	66,18	
ТТК	16640	Пряники в асс. 30 г.	30	1,50	1,65	22,50	110,85
Таб. №24/96	2521	Пряники в асс. Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
		Итого:	480	19,19	20,11	97,22	652,96
		Итого ХЕ:				8,10	

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		Пищевая ценность		
			гр.		Белки	Жиры	Углеводы
		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным					
		Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус					
ТТК	20538	Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное Чай с сахаром	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок			14,97	66,18	

TTK	16640	Пряники в асс. 30 г.	30	1,50	1,65	22,50	110,85
Пряники в асс.							
Таб.	2521	Десерт фруктовый (груша)	100	0,40	0,30	10,30	45,50
№24/96		Груша свежая					
		Итого:	480	19,19	20,11	97,22	652,96
		Итого ХЕ:				8,10	

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	
		Суп с макаронными изделиями					
№ 148/94	166	Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) /	200	2,17	4,21	13,02	98,65
		Масло растительное / Соль йодированная /					
		Томатная паста в асс. / Лавровый лист					
		Гуляш из свинины (лопатка)					
401/96	20180	Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	30/30	6,73	17,56	2,52	195,03
		Каша гречневая вязкая					
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	4,58	4,81	22,12	150,09
TTK	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20
пром	2974	Вода / Апельсины свежие / Сахар песок Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
TTK	20682	Хлеб пшеничный Печенье сдобное по-домашнему 24гр	24	1,65	6,30	13,50	117,30
		Печенье сдобное по-домашнему					
		Итого:	674	18,37	33,25	87,59	723,03
		Итого ХЕ:				7,30	

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 с макаронными изделиями					
			Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь					
№ 148/94	166		свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) /	200	2,17	4,21	13,02	98,65
			Масло растительное / Соль йодированная /					
			Томатная паста в асс. / Лавровый лист					
			Гуляш из свинины (лопатка)					
			Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф /					
401/96	20468		Масло растительное / Мука в/с / Соль	50/50	11,18	29,70	12,23	360,94
			йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый					
			лист					
			Каша гречневая вязкая					
464/96	3714		Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное /	150	4,58	4,81	22,12	150,09
			Соль йодированная					
ТТК	20628		Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20
			Вода / Апельсины свежие / Сахар песок					
пром	2974		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
			Хлеб пшеничный					
ТТК	20251		Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
			Хлеб ржаной					
			Итого:	710	22,53	39,34	91,76	811,26
			Итого ХЕ:				7,65	
			Стоимость рациона:				114,91	руб.

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

			Наименование	Выход	Пищевая ценность		
				гр.	Белки	Жиры	Углеводы
			Суп с макаронными изделиями				Ккал
			Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь				
№ 148/94	166		свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) /	200	2,17	4,21	13,02
			Масло растительное / Соль йодированная /				
			Томатная паста в асс. / Лавровый лист				
			Гуляш из свинины (лопатка)				
401/96	20468		Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф /	50/50	11,18	29,70	12,23
			Масло растительное / Мука в/с / Соль				

			йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый					
			листь					
			Каша гречневая вязкая					
464/96	3714		Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное /	150	4,58	4,81	22,12	150,09
			Соль йодированная					
TTK	20628		Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20
			Вода / Апельсины свежие / Сахар песок					
пром	2974		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Таб.			Хлеб пшеничный					
№24/96	2549		Десерт фруктовый (банан)	100	1,50	0,50	21,00	94,50
			Бананы свежие					
			Итого:	790	22,67	39,58	104,80	866,14
			Итого ХЕ:					8,73
			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
		Суп с макаронными изделиями					
		Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь					
№ 148/94	166	свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) /	200	2,17	4,21	13,02	98,65
		Масло растительное / Соль йодированная /					
		Томатная паста в асс. / Лавровый лист					
		Гуляш из свинины (лопатка)					
		Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф /					
401/96	20468	Масло растительное / Мука в/с / Соль	50/50	11,18	29,70	12,23	360,94
		йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый					
		лист					
		Каша гречневая вязкая					
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное /	150	4,58	4,81	22,12	150,09
		Соль йодированная					
TTK	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20
пром	2974	Вода / Апельсины свежие / Сахар песок	40	3,04	0,32	19,68	93,76
		Хлеб пшеничный					

Таб.	2549	Хлеб пшеничный					
№24/96		Десерт фруктовый (банан)	100	1,50	0,50	21,00	94,50
		Бананы свежие					
		Итого:	790	22,67	39,58	104,80	866,14
		Итого ХЕ:				8,73	

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
		Суп с макаронными изделиями					
		Макаронные изделия / Лук репчатый / Морковь					
№ 148/94	166	свежая / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) /	200	2,17	4,21	13,02	98,65
		Масло растительное / Соль йодированная /					
		Томатная паста в асс. / Лавровый лист					
		Гуляш из свинины (лопатка)					
		Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф /					
401/96	20468	Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый	50/50	11,18	29,70	12,23	360,94
		лист					
		Каша гречневая вязкая					
464/96	3714	Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное /	150	4,58	4,81	22,12	150,09
		Соль йодированная					
ТТК	20628	Напиток из апельсинов п.с.	200	0,20	0,04	16,75	68,20
		Вода / Апельсины свежие / Сахар песок					
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
		Хлеб пшеничный					
ТТК	20251	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
		Хлеб ржаной					
		Итого:	710	22,53	39,34	91,76	811,26
		Итого ХЕ:				7,65	

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