

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 23.01.2026

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

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
Таб. №24/96	5324	Десерт фруктовый (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76
		Яблоко свежее				53,28
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон)	20/25	6,75	6,92	12,85
		Батон / Сыр				140,67
		Каша молочная пшеничная с маслом				
451/02	9974	Молоко / Крупа пшеничная / Масло сливочное /	200/5	8,57	7,64	42,52
		Сахар песок / Соль йодированная				273,12
		Чай с сахаром				
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97
		Итого:	570	15,80	15,04	82,10
		Итого ХЕ:				533,25

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
Таб. №24/96	7764	Десерт фруктовый (груша)	120	0,48	0,36	12,36
		Груша свежая				54,60
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон)	20/25	6,75	6,92	12,85
		Батон / Сыр				140,67

451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом Молоко / Крупа пшеничная / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная Чай с шиповником	200/5	8,57	7,64	42,52	273,12
579/2013г.	8540	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Шиповник	200	0,24	0,10	18,35	75,26
		Итого:	570	16,04	15,02	86,08	543,65
		Итого ХЕ:				7,17	
		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	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
Таб. №24/96	7764	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	120	0,48	0,36	12,36	54,60
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом Молоко / Крупа пшеничная / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная Чай с шиповником	200/5	8,57	7,64	42,52	273,12
579/2013г.	8540	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Шиповник	200	0,24	0,10	18,35	75,26
		Итого:	570	16,04	15,02	86,08	543,65
		Итого ХЕ:				7,17	

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. №24/96	7764	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	120	0,48	0,36	12,36	54,60
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67

451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом Молоко / Крупа пшеничная / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная Чай с шиповником	200/5	8,57	7,64	42,52	273,12
579/2013г.	8540	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Шиповник	200	0,24	0,10	18,35	75,26
		Итого:	570	16,04	15,02	86,08	543,65
		Итого ХЕ:				7,17	

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 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
TTK	20552	Спагетти мясное отварные	60	8,06	10,54	1,86	134,54
		Спагетти мясное Лада					
		Картофельное пюре					
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
		Напиток из сливы зам.п.с.,					
TTK	20633	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая /	200	0,12	0,05	16,41	66,53
		Лимонная кислота					
	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
		Хлеб пшеничный					
		Итого:	655	17,33	20,56	74,49	552,28
		Итого ХЕ:				6,21	

Обед 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	Ккал
Таб.	16229	Десерт фруктовый (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28
№24/96		Яблоко свежее местное					
		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
ТТК	20552	Спагетти мясное отварные	60	8,06	10,54	1,86	134,54
		Спагетти мясное Лада					
		Картофельное пюре					
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
		Напиток из сливы зам.п.с.,					
ТТК	20633	Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая /	200	0,12	0,05	16,41	66,53
		Лимонная кислота					
ттк	20107	Корж молочный 50г.	50	5,11	9,34	50,82	307,78
		Корж молочный 50г.					
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб в ассортименте					
		Итого:	800	21,02	30,18	124,77	854,74
		Итого ХЕ:					10,40
		Стоимость рациона:					133,65 руб.

Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.	16229	Десерт фруктовый (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28
№24/96		Яблоко свежее местное					
		Суп лапша домашняя					
№ 151/94	1266	Лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука	200	2,43	4,63	12,02	99,47

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

TTK	20552	Спагетти мясное отварные Спагетти мясное Лада	60	8,06	10,54	1,86	134,54
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
TTK	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ttk	20107	Корж молочный 50г. Корж молочный 50г.	50	5,11	9,34	50,82	307,78
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте Итого: Итого ХЕ:	20	1,52	0,16	9,84	46,88
			800	21,02	30,18	124,77	854,74
							10,40

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	
				Ккал			
		Холодные блюда					
		Салат "Морская тайна" (краб.пал,кукуруза кон,яйцо,соус)					
		Салат "Морская тайна" (краб.пал,кукуруза кон,яйцо,соус): (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук зеленый)					
TTK	13681		50	2,09	6,18	3,34	77,34
Сб.рец. Москва 2022г	19983	Салат мясной с фасолью Салат мясной с фасолью: (Фасоль консервированная / П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Помидор свежий /	50	3,24	5,16	1,16	64,01

			Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Сахар песок / Соль йодированная / Лимонная кислота)					
ТТК	19940		Яйцо под соусом с капустой пек.					
Таб. №24/96	7764		Яйцо свежее / Капуста пекинская / Соус в ассортименте на основе растительного масла	1/10/10	5,10	10,27	0,80	115,98
Таб. №24/96	7365		Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	120	0,48	0,36	12,36	54,60
№ 151/94	1266		Десерт фруктовый (мандини) Мандарины свежие	130	1,04	0,26	9,75	45,50
			Первые блюда					
			Суп лапша домашняя					
			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) /	200	2,43	4,63	12,02	99,47
			Лавровый лист					
			Вторые блюда					
			Котлета натур.куриная на косточке					
ТТК	13432		Котлета натур.куриная на косточке / Масло растительное	75	18,86	22,29	0,23	276,97
Москва 2022г.	20135		Макароны отварные с мясом прессованным и томатом					
			Макароны отварные с мясом прессованным и томатом : (Спагетти (макароны) / Изделие					
			кулинарное мясное Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр /	200	8,22	10,60	43,05	300,53
			Томатная паста в асс. / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Чеснок / Соль йодированная)					
			Наггетсы куриные рубленые					
ТТК	16856		Наггетсы куриные рубленые п/ф 51г. / Масло растительное	45	9,38	9,50	2,02	131,10

TTK	17928	Блинчики Домашние с молоком сгущ. Блинчики "Домашние" оболочка / Молоко сгущенное	135/15	7,57	10,87	38,11	280,57
472/96	549	Гарниры и соусы Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное /	150	3,30	4,98	22,06	146,26
469/96;516 /3/04	1669	Соль йодированная Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Третьи блюда Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный 200 (развесной)) / Сахар песок Мучные изделия Бисквит Бисквит: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок /			14,97	66,18	
TTK	14099	Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Масло растительное / Сахарная пудра)	50	3,18	1,54	30,10	146,98
№775/04	278	Булочка Российская Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Молоко / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин Хлеб	60	4,54	5,28	36,87	213,16
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
TTK	20739	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	35	2,38	0,46	13,93	69,34

Стоимость рациона: 150 руб.

Зав.производством Шевченко Ирина Евгеньевна

Ответственный за питание _____ / _____ / _____

СанПиН 2.3/2.4.3590-20
Россия, 445043, Самарская обл., г.Тольятти,
ул.Северная, 35
E-mail: eda0910@mail.ru