

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

\_\_\_\_\_  
Подолько 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 Таб. №24/96	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	16323	Десерт фруктовый (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28
		Яблоко свежее					
451/02	9974	Бутерброд с сыром (батон)	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
		Батон / Сыр					
628/96г.	259	Каша молочная пшеничная с маслом					
		Молоко / Крупа пшеничная / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,57	7,64	42,52	273,12
		Чай с сахаром					
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
Итого:			570	15,80	15,04	82,10	533,25
Итого ХЕ:						6,84	

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

Сборник рецептур Таб. №24/96	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	16323	Десерт фруктовый (груша)	120	0,48	0,36	12,36	54,60
		Груша свежая					
		Бутерброд с сыром (батон)	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
		Батон / Сыр					

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	200/5	8,57	7,64	42,52	273,12
579/2013г.	8540	Чай с шиповником 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	Ккал
№ 151/94	1266	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) / Лавровый лист	200	2,43	4,63	12,02	99,47
ТТК	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
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженная / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
		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			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал

рецептур Таб. №24/96	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	16229	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	120	0,48	0,48	11,76	53,28
		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 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
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженная / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ттк	20107	Корж молочный 50г. Корж молочный 50г.	50	5,11	9,34	50,82	307,78
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		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 рецептур Таб. №24/96	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность Белки Жиры Углеводы	Ккал
	16229	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	120	0,48 0,48 11,76	53,28
		Суп лапша домашняя 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					
ТТК	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
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженная / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ттк	20107	Корж молочный 50г. Корж молочный 50г.	50	5,11	9,34	50,82	307,78
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Итого:	800	21,02	30,18	124,77	854,74
		Итого ХЕ:				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)					
ТТК	13681	Салат "Морская тайна" (краб.пал,кукуруза кон,яйцо,соус): (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук зеленый)	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) Яйцо под соусом с капустой пек.						
ТТК	19940	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	7764	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	120	0,48	0,36	12,36	54,60	
Таб. №24/96	7365	Десерт фруктовый (мандарин) 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) / Лавровый лист						
№ 151/94	1266	Вторые блюда Котлета натур.куриная на косточке Котлета натур.куриная на косточке / Масло растительное	200	2,43	4,63	12,02	99,47	
ТТК	13432	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 / Томатная паста в асс. / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Чеснок / Соль йодированная)	75	18,86	22,29	0,23	276,97	
Москва 2022г.	20135	Наггетсы куриные рубленые Наггетсы куриные рубленые п/ф 51г. / Масло растительное	200	8,22	10,60	43,05	300,53	
ТТК	16856		45	9,38	9,50	2,02	131,10	

ТТК	17928	Блинчики Домашние с молоком сгущ. Блинчики "Домашние" оболочка / Молоко сгущенное Гарниры и соусы Картофельное пюре	135/15	7,57	10,87	38,11	280,57
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
469/96;516 /3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макаaronные 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 (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	14099	Мучные изделия Бисквит Бисквит: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / 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	60	4,54	5,28	36,87	213,16
ПП	198	Хлеб Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	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