

Согласовано

:

МБУ "Школа № 90" (б-р Татищева, 19)

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 27.01.2026

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	
469/04	20421	Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом томатным Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Молоко / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная) / 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) Макароны отварные	55/40	9,47	10,75	10,33	175,97
469/96	18417	Макароны отварные: (Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная) Чай с сахаром	180	6,72	7,09	43,08	263,01
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		14,97	66,18	
ПП	13286	Батон в ассортименте Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,51

Итого:	505	18,45	18,71	83,80	583,67
Итого ХЕ:				6,98	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				гр.	Белки	Жиры	Углеводы
Таб.№24/96	8079	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом томатным Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Молоко / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная) / 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)	90	0,36	0,27	9,27	40,95
469/04	20421	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная Чай с сахаром	55/40	9,47	10,75	10,33	175,97
469/96;516/3/0 4	1669	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Батон в ассортименте Батон	200		14,97	66,18	
ПП	13286	Итого: Итого ХЕ: Стоимость рациона:	30	2,25	0,87	15,42	78,51
			565	17,73	16,18	86,01	566,90
					7,17		
						95,46	руб.

Завтрак 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.№24/96	8079	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом томатным Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Молоко / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная) / 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)	90	0,36	0,27	9,27	40,95
469/04	20421		55/40	9,47	10,75	10,33	175,97
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная Чай с сахаром	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		14,97	66,18	
ПП	13286	Батон в ассортименте Батон Итого: Итого ХЕ:	30	2,25	0,87	15,42	78,51
			565	17,73	16,18	86,01	566,90
						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			
рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	8079	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая Фрикадельки из мяса птицы,говядина с соусом томатным Фрикадельки из мяса птицы,говядина: (Фарш	90	0,36	0,27	9,27	40,95
469/04	20421		55/40	9,47	10,75	10,33	175,97

			Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Молоко / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная) / 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)					
469/96;516/3/0 4	1669		Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259		Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		14,97	66,18	
ПП	13286		Батон в ассортименте Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,51
			Итого:	565	17,73	16,18	86,01	566,90
			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	Пищевая ценность			
			гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
82/07 ДeЛи принт	15246	Борщ из свежей капусты с картофелем Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	1,55	4,11	10,25	84,23
401/96	19910	Гуляш из свинины (лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. /	40/40	9,12	23,60	3,78	264,00

469/96;516/3/0 4	1669	Лавровый лист Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная Чай с сахаром п/с	150	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		6,99	27,94	
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
		Итого:	650	17,84	32,16	66,88	628,34
		Итого ХЕ:				5,57	

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	Ккал
Таб.№24/96	5290	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее Борщ из свежей капусты с картофелем Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая	160	0,64	0,64	15,68	71,04
82/07 ДeЛи принт	15246	п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист Гуляш из свинины (лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф /	200	1,55	4,11	10,25	84,23
401/96	20468	Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	50/50	11,18	29,70	12,23	360,94
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная Чай с сахаром	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай	200		14,97	66,18	

		чёрный (развесной)) / Сахар песок						
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	
		Хлеб пшеничный						
ТТК	20739	Хлеб ржаной	35	2,38	0,46	13,93	69,34	
		Хлеб ржаной						
		Итого:	880	24,06	39,48	120,30	939,06	
		Итого ХЕ:				10,03		
		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	
Таб.№24/96	5290	Десерт фруктовый (яблоко)	160	0,64	0,64	15,68	71,04
		Яблоко свежее					
		Борщ из свежей капусты с картофелем					
		Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф					
		(очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая					
82/07 ДeЛи принт	15246	п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное /	200	1,55	4,11	10,25	84,23
		Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль					
		йодированная / Зелень (лук					
		зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота /					
		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					
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные					
		Вода / Макаронные изделия / Масло	150	5,65	4,29	36,02	205,29
		растительное / Соль йодированная					
		Чай с сахаром					
628/96г.	259	Вода / Чай чёрный (заварка): (Вода / Чай	200		14,97	66,18	
		чёрный (развесной)) / Сахар песок					
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04

Хлеб пшеничный						
Хлеб ржаной						
Хлеб ржаной						
	35	2,38	0,46	13,93	69,34	
Итого:	880	24,06	39,48	120,30	939,06	
Итого ХЕ:				10,03		

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Холодные блюда					
Таб.№24/96	7365	Десерт фруктовый (мандарин)	130	1,04	0,26	9,75	45,50
		Мандарины свежие					
Таб.№24/96	15244	Десерт фруктовый (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	66,60
		Яблоко свежее местное					
		Салат Оливье с ветчиной					
		Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее /					
		Изделие кулинарное мясное Мясо					
Сб.рец.Москва 2022г.	20006	прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный /	50	1,44	2,54	2,68	39,35
		Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Зелень (лук зел.укроп.петрушка))					
		Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.)					
Сб.рец. Москва 2022г.	20030	Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.): (Лапша Фунчоза / Огурец свежий / Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжута в асс. / Соль йодированная)	75	0,13	4,13	0,44	39,51
		Яйцо под соусом с кукурузой					
TTK	19939	Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Соус в ассортименте на основе растительного масла	1/10/10	5,31	10,24	2,41	123,03
		Первые блюда					
82/07 ДeЛи	15246	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,55	4,11	10,25	84,23

			Вода / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лимонная кислота / Лавровый лист					
принт			Вторые блюда					
			Медальоны куриные с сыром					
	13177		Медальоны куриные с сыром п/ф 64г. / Масло растительное 55	10,97	17,67	2,12	211,36	
TTK	20523		Спагетти мясное со свеж.огурцом	90	2,18	11,72	3,65	128,80
			Спагетти мясное Лада / Огурец свежий					
			Фрикадельки из говядины с соусом томатным					
			Фрикадельки из говядины / Соус томатный:					
114/96	20389		(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	50/50	8,23	10,04	7,44	152,99
			Жаркое по-домашнему из свинины б/к (окорок)					
394/96	19888		Картофель п/ф / Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	30/150	7,65	17,83	17,84	262,43
			Гарниры и соусы					
			Рис оригинальный					
TTK	6527		Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	4,30	6,18	41,84	240,18
469/96;516/3/0	1669	4	Макароны отварные					
			Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29

		Третий блюда							
		Чай с сахаром							
628/96г.	259	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200		14,97	66,18			
		Мучные изделия							
		Рулет с маком							
		Рулет с маком: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода /							
ТТК	19152	Мак семена / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Соль йодированная /	50	5,27	8,24	30,68	217,96		
		Масло растительное)							
		Булочка Российской							
		Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Вода /							
№775/04	278	Сахар песок / Масло растительное / Молоко / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи	60	4,54	5,28	36,87	213,16		
		прессованные / Масло растительное / Соль							
		йодированная / Ванилин							
		Хлеб							
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04		
		Хлеб пшеничный							
		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