

Согласовано

:

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

Подоляко В. И.

МЕНЮ

на 28.01.2026

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					
TTK	20538	Десертный из ягоды св. мороженой: (Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода) / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная / Масло растительное	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
TTK	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200		9,70		38,80
Таб. №24/96	15244	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	150	0,60	0,60	14,70	66,60
		Итого:	500	17,89	18,76	73,85	535,83
		Итого ХЕ:				6,15	

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

		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным				
ТТК	20538	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	130/20	17,29	18,16	49,45
		Напиток Витошка витаминизированный				430,43
ТТК	20528	Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200		9,70	38,80
Таб.24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	80	0,32	0,32	7,84
		Итого:	430	17,61	18,48	66,99
		Итого ХЕ:				504,75
						5,58

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				
ТТК	20538	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	130/20	17,29	18,16	49,45
		Напиток Витошка витаминизированный				430,43
ТТК	20528	Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200		9,70	38,80
ТТК	19349	Печенье 2шт.	32	2,40	3,14	23,81
Таб. №24/96	2521	Печенье сахарное Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30
		Итого:	482	20,09	21,60	93,26
		Итого ХЕ:				647,78
						7,77

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
		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным					
TTK	20538	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	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
TTK	20528	Напиток Витошка витаминизированный	200		9,70		38,80
TTK	19349	Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	32	2,40	3,14	23,81	133,06
Таб. №24/96	2521	Печенье 2шт.					
		Печенье сахарное					
		Десерт фруктовый (груша)	100	0,40	0,30	10,30	45,50
		Груша свежая					
		Итого:	482	20,09	21,60	93,26	647,78
		Итого ХЕ:			7,77		

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
		Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным					
TTK	20538	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	130/20	17,29	18,16	49,45	430,43
TTK	20528	Напиток Витошка витаминизированный	200		9,70		38,80

		Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)					
ТТК	19349	Печенье 2шт.	32	2,40	3,14	23,81	133,06
Таб.		Печенье сахарное					
№24/96	2521	Десерт фруктовый (груша)	100	0,40	0,30	10,30	45,50
		Груша свежая					
		Итого:	482	20,09	21,60	93,26	647,78
		Итого ХЕ:				7,77	

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
		Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной				
		Щи из свежей капусты с картофелем: (Вода /				
		Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель				
120/96	1092	п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф /	200/10	1,77	6,11	7,69
		Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль				
		йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) /				
		Томатная паста в асс. / Лавровый лист) /				
ТТК	20552	Спагетти мясное отварные	60	8,06	10,54	1,86
		Спагетти мясное Лада				
		Картофельное пюре				
472/96	12384	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль	120	2,62	3,97	17,57
		йодированная				
		Чай с сахаром п/с				
ТТК	19810	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный	200		6,99	27,94
		(развесной)) / Сахар песок				
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76
		Хлеб пшеничный				
		Итого:	620	14,73	20,86	48,87
		Итого ХЕ:				4,07

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4 класс

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность
---------	-----	--------------	-------	------------------

рецептур блюда			гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной					
		Щи из свежей капусты с картофелем: (Вода /					
		Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель					
120/96	1092	п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф /	200/10	1,77	6,11	7,69	92,83
		Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль					
		йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) /					
		Томатная паста в асс. / Лавровый лист) /					
		Спагетти мясное с соусом					
		Спагетти мясное Лада / Соус томатный: (Вода /					
ТТК	20522	Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф /	90	8,35	12,06	3,71	156,80
		Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый					
		п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль					
		йодированная)					
		Картофельное пюре					
472/96	549	Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль	150	3,30	4,98	22,06	146,26
		йодированная					
		Напиток из яблок п.с.					
ТТК	20630	Вода / Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная	200	0,01	0,01	15,30	61,39
		кислота					
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Хлеб пшеничный					
ТТК	16640	Пряники в асс. 30 г.	30	1,50	1,65	22,50	110,85
		Пряники в асс.					
		Итого:	715	17,59	25,10	88,49	650,17
		Итого ХЕ:				7,37	
		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	Ккал
		Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной					
120/96	1092	Щи из свежей капусты с картофелем: (Вода /	200/10	1,77	6,11	7,69	92,83
		Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель					

			п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист) /					
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 150 йодированная	3,30	4,98	22,06		146,26
			Напиток из яблок п.с.					
TTK	20630		Вода / Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	15,30	61,39
ПП	198		Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
			Хлеб пшеничный					
TTK	16640		Пряники в асс. 30 г.	30	1,50	1,65	22,50	110,85
			Пряники в асс.					
Таб.24/96	9025		Десерт фруктовый (апельсин)	110	0,99	0,22	8,91	41,58
			Апельсины свежие					
			Итого:	795	18,29	23,79	95,54	669,49
			Итого ХЕ:				7,96	
			Стоимость рациона:		133,65	руб.		

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

			Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	
					Ккал			
			Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной					
			Щи из свежей капусты с картофелем: (Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель					
120/96	1092		п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист) /	200/10	1,77	6,11	7,69	92,83
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 150 йодированная	3,30	4,98	22,06	146,26	
		Напиток из яблок п.с.					
ТТК	20630	Вода / Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	15,30	61,39
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	16640	Пряники в асс. 30 г.	30	1,50	1,65	22,50	110,85
Таб.24/96	9025	Пряники в асс.					
		Десерт фруктовый (апельсин)	110	0,99	0,22	8,91	41,58
		Апельсины свежие					
		Итого:	795	18,29	23,79	95,54	669,49
		Итого ХЕ:					7,96

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
120/96	1092	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной Щи из свежей капусты с картофелем: (Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист) / Спагетти мясное с соусом Спагетти мясное Лада / 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)	200/10	1,77 6,11 7,69 92,83
ТТК	20522		90	8,35 12,06 3,71 156,80
472/96	549	Картофельное пюре	150	3,30 4,98 22,06 146,26

		Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная					
		Напиток из яблок п.с.					
ТТК	20630	Вода / Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	15,30	61,39
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Хлеб пшеничный					
ТТК	16640	Пряники в асс. 30 г.	30	1,50	1,65	22,50	110,85
		Пряники в асс.					
		Итого:	715	17,59	25,10	88,49	650,17
		Итого ХЕ:				7,37	

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