

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					
ТТК	20538	Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус Десертный из ягоды св. мороженной: (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
ТТК	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 Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус						
ТТК	20538	Десертный из ягоды св. мороженной: (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	
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный 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	35,52	
		Итого:	430	17,61	18,48	66,99	504,75	
		Итого ХЕ:				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 Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус						
ТТК	20538	Десертный из ягоды св. мороженной: (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	
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200			9,70	38,80	
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06	
Таб. №24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50	
		Итого:	482	20,09	21,60	93,26	647,78	
		Итого ХЕ:				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 Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус					
ТТК	20538	Десертный из ягоды св. мороженной: (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
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200			9,70	38,80
ТТК	19349	Печенье 2шт. Печенье сахарное	32	2,40	3,14	23,81	133,06
Таб. №24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
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 Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Соус					
ТТК	20538	Десертный из ягоды св. мороженной: (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
ТТК	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	Ккал
		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) /	200/10	1,77	6,11	7,69	92,83
ТТК	20552	Спагетти мясное отварные	60	8,06	10,54	1,86	134,54
		Спагетти мясное Лада					
472/96	12384	Картофельное пюре					
		Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	120	2,62	3,97	17,57	116,49
ТТК	19810	Чай с сахаром п/с					
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			6,99	27,94
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
		Хлеб пшеничный					
		Итого:	620	14,73	20,86	48,87	442,12
		Итого ХЕ:				4,07	

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

Сборник	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал

рецептур	блюда		гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
		Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной					
120/96	1092	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	200/10	1,77	6,11	7,69	92,83
ТТК	20522	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)	90	8,35	12,06	3,71	156,80
472/96	549	Картофельное пюре					
		Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	20630	Напиток из яблок п.с.					
		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	
		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 / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель	200/10	1,77	6,11	7,69	92,83

		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) /					
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 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.					
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

Сборник рецептур	Код блюда	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
ТТК	20552	Спагетти мясное отварные	60	8,06	10,54	1,86	134,54

472/96	549	Спагетти мясное Лада Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль	150	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	20630	йодированная Напиток из яблок п.с. Вода / Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,01	0,01	15,30	61,39
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	16640	Пряники в асс. 30 г. Пряники в асс.	30	1,50	1,65	22,50	110,85
Таб.24/96	9025	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	110	0,99	0,22	8,91	41,58
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