



Согласовано:
МБУ "Школа №90" 2 корпус (ул.
Тополиная, 18)
Подольяко В. И.

МЕНЮ

на 29.01.2026

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
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Мясо прессованное	15	1,65	3,00		33,60
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200				
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Таб.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
Итого:			505	30,77	19,33	56,33	522,35
Итого ХЕ:						4,69	

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
ТТК	20209	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20	2,20	4,00		44,80
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200				
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			410	30,92	19,93	45,03	483,15
Итого ХЕ:						3,75	

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
ТТК	20209	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20	2,20	4,00		44,80
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200				
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Таб.№24/96	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	85	0,34	0,26	8,76	38,74
Итого:			495	31,26	20,19	53,79	521,89
Итого ХЕ:						4,48	

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	20209	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20	2,20	4,00		44,80
ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200				
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Таб.№24/96	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	85	0,34	0,26	8,76	38,74
Итого:			495	31,26	20,19	53,79	521,89
Итого ХЕ:						4,48	

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
ТТК	20209	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное) Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное	20	2,20	4,00		44,80

ТТК	20242	Блинчики с вареной сгущенкой Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное	170	27,20	15,77	35,19	391,47
	315	Чай без сахара Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))	200				
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Таб.№24/96	12131	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	85	0,34	0,26	8,76	38,74
Итого:			495	31,26	20,19	53,79	521,89
Итого ХЕ:						4,48	

Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
403/96	19911	Плов из свинины (свин.лопатка) Рис / Свинина б/к (лопатка) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	30/150	10,39	21,48	39,99	394,86
Таб №24/96	1894	Огурец солёный Огурцы соленые	30	0,27	0,03	0,57	3,63
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
Итого:			545	14,22	21,99	80,85	584,51
Итого ХЕ:						6,74	

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	0,53	0,07	1,13	7,27
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
Итого:			605	17,95	29,27	89,37	699,07
Итого ХЕ:						7,45	

Стоимость рациона: 114,91 руб.

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	0,53	0,07	1,13	7,27
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	19748	Пицца Школьная с мясом прессованным Мука в/с / Вода / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Сыр / Огурцы соленые / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Масло растительное / Сахар песок / Томатная паста в асс. / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	3,97	5,33	17,58	134,20
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
Итого:			635	20,56	34,35	98,99	793,65
Итого ХЕ:						8,25	

Стоимость рациона: 133,65 руб.

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	0,53	0,07	1,13	7,27
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04

ТТК	19748	Пицца Школьная с мясом прессованным Мука в/с / Вода / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Сыр / Огурцы соленые / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Масло растительное / Сахар песок / Томатная паста в асс. / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	3,97	5,33	17,58	134,20
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
Итого:			635	20,56	34,35	98,99	793,65
Итого ХЕ:						8,25	

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
403/96	20425	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	12,50	28,46	39,99	466,16
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	0,53	0,07	1,13	7,27
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
Итого:			605	17,95	29,27	89,37	699,07
Итого ХЕ:						7,45	

Зав.производства Костерина В. В.

Ответственный за питание _____ /

СанПиН 2.3/2.1.30.00.20



Россия, 445043 Самарская область, Голыятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru