



Согласовано:
 Директор МБУ "Лицей № 19" (ул. Карла Маркса, 59)
 Кизилов Денис Сергеевич,

МЕНЮ

на 04.09.2023

МБУ "Лицей № 19" (ул. Карла Маркса, 59)

Завтрак для детей, один из родителей (законных представителей) которых мобилизован в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 21.09.2022 г № 647, обучающимся в 5-11 классах

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таблица №4/96	8161	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Геркулес / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная 1 / Масло сливочное / Вода	150/5	21,00	6,28	8,28	25,62	202,12
№629/96	264	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Лимон свежий / Сахар песок / Вода	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
ТТК	17568	Мороженое НЧ ГОСТ 75гр. Мороженое НЧ ГОСТ в ваф. ст 75гр	75	29,00	4,10	11,60	21,60	207,20
Таб.№24/96	7060	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	205	21,86	0,82	0,82	20,09	91,02
Итого:			635	78,86	11,28	20,71	82,52	561,59
Итого ХЕ:					6,88			

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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
148/96	15830	Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор)	200	11,00	10,94	11,88	12,90	202,26
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	45,00	11,80	12,03	10,80	198,64
470/96	252	Картофель отварной (масло сл) Масло сливочное / Соль йодированная 1 / Картофель п/ф	100	14,00	2,03	2,94	16,35	99,98
ТТК	13514	Чай ягодный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода	200	7,00	0,14	0,05	12,95	52,81
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,40	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			595	79,40	26,81	27,09	65,30	612,30
Итого ХЕ:					5,44			

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
148/96	15830	Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор)	200	11,00	10,94	11,88	12,90	202,26
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	45,00	11,80	12,03	10,80	198,64
470/96	252	Картофель отварной (масло сл) Масло сливочное / Соль йодированная 1 / Картофель п/ф	100	14,00	2,03	2,94	16,35	99,98
ТТК	13514	Чай ягодный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода	200	7,00	0,14	0,05	12,95	52,81
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,40	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:			595	79,40	26,81	27,09	65,30	612,30
Итого ХЕ:					5,44			

Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
№629/96	264	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Лимон свежий / Сахар песок / Вода	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
ТТК	10016	Хачапури Хачапури: (Дрожжи прессованные / Масло растительное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Вода / Сыр / Яйцо свежее)	75	33,00	10,67	9,49	30,54	250,25
Итого:			275	40,00	10,75	9,50	45,75	311,50
Итого ХЕ:					3,81			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
	10105	Салат из свежей капусты с яблоками Салат из свежей капусты с яблоками: (Капуста свежая п/ф очищ. / Яблоко свежее / Лимонная кислота / Сахар песок / Масло растительное / Вода / Капуста свежая п/ф очищ.)	80	1,21	4,09	6,62	68,13
ТТК	10861	Салат из моркови с изюмом и маслом растительным Морковь свежая п/ф / Изюм / Масло растительное / Сахар песок	50	0,62	2,54	11,33	70,66

№40/97	6449	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота / Вода) / Лук репчатый п/ф)	50	0,48	2,56	2,27	34,04
ТТК	16879	Яйцо под соусом с капустой пек. Яйцо свежее / Соус для детей от Злет в асс. / Капуста пекинская	0,5/10/10	2,72	7,65	0,68	82,40
Таб.№24/96	9199	Дыня свежая Дыня св.	100	0,78	0,39	9,62	45,11

Вторые блюда

ТТК	18300	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	135/30	8,66	12,16	46,52	330,16
376/96	16864	Поджарка из свинины Свинина б/к (карбонад) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс.	30/7,5	0,24	3,52	1,20	37,39
416/96	5000	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб): (Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное) / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1)	50/30	8,93	8,26	9,65	148,66
ТТК	19854	Котлеты Пикник Котлеты Пикник / Масло растительное	50	5,20	14,80	5,20	174,80
439/96	589	Цыплята отварные Цыплята бройлер. 1кат. / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист / Соль йодированная 1	50	11,81	10,15	0,16	139,23

Гарниры и соусы

469/96;516/3/0 4	1669	Макаронны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
465/96;511/3/0 4	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная 1	150	3,84	5,62	40,05	226,14
Таб №24/96	11483	Каша ячневая вязкая Крупа ячневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	3,24	4,04	20,99	133,28

Третьи блюда

628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
773/97;705/200 4	314	Отвар шиповника с сахаром Шиповник / Сахар песок / Вода	200	0,68	0,28	29,62	123,72

Хлеб

пп	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	2,45	0,39	15,16	73,89
пп	17091	Хлеб Дарницкий Хлеб в ассортименте	35	2,45	0,39	15,16	73,89

Мучные изделия

ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	1,64	5,74	14,41	115,86
№772/04	2376	Булочка Дорожная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло сливочное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное	50	3,67	7,11	28,89	194,23
ТТК	14056	Бантик с начинкой в ассортименте Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Яйцо свежее / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Вода / Дрожжи прессованные / Начинка термост.Веста в асс. / Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное / Яйцо свежее / Масло растительное	50	3,90	3,60	28,74	162,96

Итого: 100,00

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
	10105	Салат из свежей капусты с яблоками Салат из свежей капусты с яблоками: (Капуста свежая п/ф очищ. / Яблоко свежее / Лимонная кислота / Сахар песок / Масло растительное / Вода / Капуста свежая п/ф очищ.)	80	1,21	4,09	6,62	68,13
ТТК	10861	Салат из моркови с изюмом и маслом растительным Морковь свежая п/ф / Изюм / Масло растительное / Сахар песок	50	0,62	2,54	11,33	70,66
№40/97	6449	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота / Вода) / Лук репчатый п/ф)	50	0,48	2,56	2,27	34,04
ТТК	16879	Яйцо под соусом с капустой пек. Яйцо свежее / Соус для детей от Злет в асс. / Капуста пекинская	0,5/10/10	2,72	7,65	0,68	82,40
Таб.№24/96	9199	Дыня свежая Дыня св.	100	0,78	0,39	9,62	45,11

Первые блюда

151/96	15764	Суп лапша домашняя на кур. бульоне Лапша домашняя: (Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная 1 / Яйцо свежее) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор)	200	11,18	12,32	11,46	201,39
--------	-------	--	-----	-------	-------	-------	--------

Вторые блюда

ТТК	18300	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	135/30	8,66	12,16	46,52	330,16
376/96	16864	Поджарка из свинины Свинина б/к (карбонад) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс.	30/7,5	0,24	3,52	1,20	37,39

416/96	5000	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб); (Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное) / Соус томатный(блюдо); (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1)	50/30	8,93	8,26	9,65	148,66
ТТК	19854	Котлеты Пикник Котлеты Пикник / Масло растительное	50	5,20	14,80	5,20	174,80
439/96	589	Цыпленок отварной Цыпленок бройлер. 1кат. / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист / Соль йодированная 1	50	11,81	10,15	0,16	139,23
Гарниры и соусы							
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронные изделия Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
465/96;511/3/0 4	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная 1	150	3,84	5,62	40,05	226,14
Таб №24/96	11483	Каша ячневая вязкая Крупа ячневая / Вода / Соль йодированная 1 / Масло растительное	150	3,24	4,04	20,99	133,28
Третьи блюда							
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка); (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
Хлеб							
ПП	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	2,45	0,39	15,16	73,89
ПП	17091	Хлеб Дарницкий Хлеб в ассортименте	35	2,45	0,39	15,16	73,89
Мучные изделия							
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	1,64	5,74	14,41	115,86
№772/04	2376	Булочка Дорожная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло сливочное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное	50	3,67	7,11	28,89	194,23
ТТК	14056	Бантик с начинкой в ассортименте Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Яйцо свежее / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Вода / Дрожжи прессованные / Начинка термост.Веста в асс. / Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное / Яйцо свежее / Масло растительное	50	3,90	3,60	28,74	162,96

Итого: 100,00

Зав.производства И.И. Сертова Т. И.

Ответственный за питание _____
СанПин 2.3.14.390-20



Россия, 445000 Самарская обл. Столыяты, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru