



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

## МЕНЮ

на 06.09.2023

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

**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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	22,80	6,75	6,92	12,85	140,67
Таб 24/96	9829	Каша молочная "Дружба" с маслом Молоко / Вода / Крупа пшено / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	26,00	6,27	7,84	33,76	230,68
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
Таб.№24/96	16778	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	60	10,00	0,93	0,31	13,02	58,59
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>63,80</b>	<b>14,95</b>	<b>15,33</b>	<b>74,60</b>	<b>496,11</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,22</b>			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	22,80	6,75	6,92	12,85	140,67
Таб 24/96	9829	Каша молочная "Дружба" с маслом Молоко / Вода / Крупа пшено / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	26,00	6,27	7,84	33,76	230,68
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
Таб.№24/96	16778	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	60	10,00	0,93	0,31	13,02	58,59
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>63,80</b>	<b>14,95</b>	<b>15,33</b>	<b>74,60</b>	<b>496,11</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,22</b>			

**Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых относится к категории лиц, принимающих участие в специальной военной операции**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	22,80	6,75	6,92	12,85	140,67
Таб 24/96	9829	Каша молочная "Дружба" с маслом Молоко / Вода / Крупа пшено / Рис / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	26,00	6,27	7,84	33,76	230,68
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
695/08;741/04	13804	Ватрушка с творогом Ватрушка с творогом: ( : (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / : (Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Мука в/с / Ванилин) / Мука в/с / Масло растительное)	100	25,06	13,35	6,75	43,34	287,47
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>78,86</b>	<b>27,37</b>	<b>21,76</b>	<b>104,92</b>	<b>724,99</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>8,74</b>			

### Витаминация

**(Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс), Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых относится к категории лиц, принимающих участие в специальной военной операции)**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	19877	Груша свежая местная Груша свежая местная	115	18,01	0,46	0,35	11,85	52,33
<b>Итого:</b>			<b>115</b>	<b>18,01</b>	<b>0,46</b>	<b>0,35</b>	<b>11,85</b>	<b>52,33</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>0,99</b>			

**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.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	17,00	1,66	4,06	11,02	87,26
240/02	9868	Котлета рубленая из окорока запеченная Свинина б/к (окорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	38,00	6,54	13,45	7,80	178,41
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Масло растительное / Соль йодированная	150	12,00	5,60	5,66	35,88	216,84
ТТК	8540	Чай с шиповником Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Шиповник	200	9,00	0,24	0,10	18,35	75,26
ПП	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,40	2,45	0,39	15,16	73,89
<b>Итого:</b>			<b>635</b>	<b>79,40</b>	<b>16,49</b>	<b>23,65</b>	<b>88,21</b>	<b>631,66</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,35</b>			

## 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
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	17,00	1,66	4,06	11,02	87,26
240/02	9868	Котлета рубленая из окорока запеченная Свинина б/к (окорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	38,00	6,54	13,45	7,80	178,41
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Масло растительное / Соль йодированная	150	12,00	5,60	5,66	35,88	216,84
ТТК	8540	Чай с шиповником Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Шиповник	200	9,00	0,24	0,10	18,35	75,26
ПП	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,40	2,45	0,39	15,16	73,89
<b>Итого:</b>			<b>635</b>	<b>79,40</b>	<b>16,49</b>	<b>23,65</b>	<b>88,21</b>	<b>631,66</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,35</b>			

## Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
698/97	8851	Компот из яблок Вода / Яблоко свежее местное / Сахар песок / Лимонная кислота	180	11,00	0,16	0,16	25,57	104,36
ТТК	12925	Ватрушка Венгерская Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Масло сливочное / творог / Молоко / Мука в/с / Лимон свежий / Сахар песок / Соль йодированная / Мука в/с / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные	50	29,00	5,62	10,38	25,86	219,34
<b>Итого:</b>			<b>230</b>	<b>40,00</b>	<b>5,78</b>	<b>10,54</b>	<b>51,43</b>	<b>323,70</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>4,29</b>			

## Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
ТТК	14266	Салат Здоровье с зел.горошком Салат "Здоровье": (Свекла п/ф / Морковь свежая п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Соль йодированная)	50	0,91	9,10	3,84	100,88
ТТК	17954	Салат из моркови с яблоками Яблоко свежее местное / Морковь свежая молодая / Масло растительное	50	0,15	4,12	3,04	49,85
36/97	12997	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Салат из свежих огурцов с салатной заправкой: (Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная)	40	0,23	2,01	1,03	23,13
ТТК	8805	Салат из свежей капусты с зел.горошком и луком Салат из свежей капусты с зел.горошком и луком: (Яйцо свежее / Капуста свежая п/ф очищ. / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная)	50	2,07	5,15	2,93	66,35
Таб.№24/96	9203	Дыня свежая Дыня св.	90	0,70	0,35	8,66	40,59
<b>Вторые блюда</b>							
ТТК	8923	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Мука в/с / Молоко сгущенное / Масло сливочное / Крупа манная	100/10	14,61	16,36	36,07	349,96
416/96	18567	Биточки рубленые из свинины (окорок), с соусом Свинина б/к (окорок) / 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) / Вода / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное	50/30	6,77	17,01	9,13	216,66
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
ТТК	19860	Котлеты Аппетитные из п/ф Дана Котлеты Крестьянские(с мясом индейки) Дана / Масло растительное	50		3,00		26,97
ТТК	18113	Рыба минтай припущенная Рыба минтай припущенная: (СМР Минтай п/ф пбг / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная)	75	18,40	1,05	0,49	85,01
<b>Гарниры и соусы</b>							
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
482/96;534/04	1497	Капуста свежая тушеная Капуста свежая п/ф очищ. / Лук репчатый п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Мука в/с / Лимонная кислота / Лавровый лист	150	3,63	4,36	15,44	115,52
ТТК	6527	Рис оригинальный 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
<b>Третьи блюда</b>							
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
ТТК;592/2004	3925	Сок плодовоовощной Сок в ассортименте 1л	200	1,00	0,20	20,20	86,60
<b>Хлеб</b>							
ПП	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	1,99	0,20	12,30	58,96
ПП	17589	Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,53
<b>Мучные изделия</b>							
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

