



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



МЕНЮ

на 20.01.2024

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

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
682/96	5550	Оладьи со сгущенным молоком Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное	200/40	52,00	19,48	20,06	111,10	702,86
698/97	2027	Компот из груш Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	21,00	0,18	0,13	28,53	116,01
769/04	19950	Булочка Домашняя Булочка Домашняя: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная)	75	13,75	5,90	9,68	46,31	295,91
Итого:			515	86,75	25,56	29,87	185,94	1 114,78
Итого ХЕ:					15,49			

Обед

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
151/94	6063	Суп лапша домашняя с цыплятами Суп лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист) / Цыплята бройлер. 1кат.	25/200	25,00	8,32	9,70	12,02	168,66
416/96	9868	Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая 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;516/3/04	1669	Макаронные изделия Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
пп	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,60	2,45	0,39	15,16	73,89
Итого:			660	82,60	23,04	27,84	86,21	687,50
Итого ХЕ:					7,18			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
151/94	6063	Суп лапша домашняя с цыплятами Суп лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист) / Цыплята бройлер. 1кат.	25/200	25,00	8,32	9,70	12,02	168,66
416/96	9868	Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая 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;516/3/04	1669	Макаронные изделия Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
пп	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,60	2,45	0,39	15,16	73,89
ТТК	16359	Бисквит Бисквит: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Масло растительное / Сахарная пудра)	75	18,60	4,77	2,30	45,15	220,43
ТТК	18501	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	95	20,26	0,86	0,19	7,70	35,91
Итого:			830	121,46	28,66	30,33	139,05	943,83
Итого ХЕ:					11,59			

Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	13412	Сок в ассортименте 0,2		23,00			11,50	46,00
ТТК	16359	Бисквит Бисквит: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Масло растительное / Сахарная пудра)	75	18,60	4,77	2,30	45,15	220,43
Итого:			75	41,60	4,77	2,30	56,65	266,43
Итого ХЕ:					4,72			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
43/97	7239	Салат "Степной " Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Соус в ассортименте	100	2,05	6,88	9,06	106,36
ТТК	10362	Салат из крабовых палочек с капустой Салат из крабовых палочек с капустой: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Крабовые палочки / Соус в ассортименте / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота)	50	2,06	6,19	2,85	75,35
ТТК	7663	Салат из моркови с сахаром Морковь свежая п/ф / Сахар песок	100	1,25	0,10	11,71	52,74

Таб.№24/96	13089	Десерт фруктовый (киви) Киви	80	0,64	0,32	6,48	31,36
Вторые блюда							
682/96	5550	Оладьи со сгущенным молоком Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное	200/40	19,48	20,06	111,10	702,86
ТТК	6900	Поджарка из свинины Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	40/10	8,81	25,69	1,81	273,69
416/96	17305	Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая: (Свинина б/к (окорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная)	75	9,81	20,18	11,70	267,62
Гарниры и соусы							
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
469/96;516/3/04	1669	Макаронные изделия Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
Третьи блюда							
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
698/97	2027	Компот из груш Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,18	0,13	28,53	116,01
Хлеб							
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
Мучные изделия							
ТТК	14099	Бисквит Бисквит: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Масло растительное / Сахарная пудра)	50	3,18	1,54	30,10	146,98
769/04	19950	Булочка Домашняя Булочка Домашняя: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная)	75	5,90	9,68	46,31	295,91
Итого:			130,00				

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Холодные блюда							
43/97	7239	Салат "Степной" Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Соус в ассортименте	100	2,05	6,88	9,06	106,36
ТТК	10362	Салат из крабовых палочек с капустой Салат из крабовых палочек с капустой: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Крабовые палочки / Соус в ассортименте / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота)	50	2,06	6,19	2,85	75,35
ТТК	7663	Салат из моркови с сахаром Морковь свежая п/ф / Сахар песок	100	1,25	0,10	11,71	52,74
Таб.№24/96	13089	Десерт фруктовый (киви) Киви	80	0,64	0,32	6,48	31,36
Первые блюда							
151/94	6063	Суп лапша домашняя с цыплятами Суп лапша домашняя: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист) / Цыпленок бройлер. 1кат.	25/200	8,32	9,70	12,02	168,66
Вторые блюда							
682/96	5550	Оладьи со сгущенным молоком Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное	200/40	19,48	20,06	111,10	702,86
ТТК	6900	Поджарка из свинины Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	40/10	8,81	25,69	1,81	273,69
416/96	17305	Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая: (Свинина б/к (окорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная)	75	9,81	20,18	11,70	267,62
Гарниры и соусы							
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
469/96;516/3/04	1669	Макаронные изделия Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
Третьи блюда							
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
Хлеб							
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
Мучные изделия							
ТТК	14099	Бисквит Бисквит: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Масло растительное / Сахарная пудра)	50	3,18	1,54	30,10	146,98
769/04	19950	Булочка Домашняя Булочка Домашняя: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная)	75	5,90	9,68	46,31	295,91
Итого:			130,00				

Зав.производство Картова Т.И.

Ответственный за качество
СанПиН 2.3/2.6.3996-20



Россия, 445043, Самарская обл., Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru