



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

## МЕНЮ

на 31.01.2024

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         |
| ТТК                 | 8923      | Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным<br>Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Мука в/с / Молоко сгущенное / Масло сливочное / Крупа манная | 100/10     | 61,00        | 14,61            | 16,36        | 36,07        | 349,96        |
| 628/96;685/200<br>4 | 259       | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок   | 200        | 5,40         | 1,00             | 0,26         | 14,97        | 66,18         |
| ТТК                 | 14182     | Трубочка слоёная в ассортименте<br>Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее  | 35         | 9,00         | 1,64             | 5,74         | 14,41        | 115,86        |
| Таб.24/96           | 9800      | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее местное   | 100        | 11,35        | 0,40             | 0,40         | 11,30        | 50,40         |
| <b>Итого:</b>       |           |  | <b>445</b> | <b>86,75</b> | <b>17,65</b>     | <b>22,76</b> | <b>76,75</b> | <b>582,40</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |  |            |              | <b>6,40</b>      |              |              |               |

### 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         |
| 110/96              | 168       | Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне<br>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         |
| ТТК                 | 19743     | Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное<br>Изделие кулинарное мясное "Крокетбол" / Томатная паста в асс. / Соус для детей в асс.   | 50         | 45,00        | 7,04             | 19,80        | 0,19         | 207,12        |
| 469/96;516/3/04     | 1669      | Макаронные изделия<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная  | 150        | 9,00         | 5,65             | 4,29         | 36,02        | 205,29        |
| Таб №24/96          | 1888      | Огурец солёный<br>Огурцы соленые  | 20         | 3,00         | 0,16             | 0,02         | 0,34         | 2,18          |
| 628/96;685/200<br>4 | 259       | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок  | 200        | 5,00         | 1,00             | 0,26         | 14,97        | 66,18         |
| пп                  | 17038     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте   | 50         | 3,60         | 3,50             | 0,55         | 21,65        | 105,55        |
| <b>Итого:</b>       |           |   | <b>670</b> | <b>82,60</b> | <b>19,01</b>     | <b>28,98</b> | <b>84,19</b> | <b>673,58</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |   |            |              | <b>7,02</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<br>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         |
| ТТК                 | 19743     | Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное<br>Изделие кулинарное мясное "Крокетбол" / Томатная паста в асс. / Соус для детей в асс.   | 50         | 45,00        | 7,04             | 19,80        | 0,19         | 207,12        |
| 469/96;516/3/04     | 1669      | Макаронные изделия<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная  | 150        | 9,00         | 5,65             | 4,29         | 36,02        | 205,29        |
| Таб №24/96          | 1888      | Огурец солёный<br>Огурцы соленые  | 20         | 3,00         | 0,16             | 0,02         | 0,34         | 2,18          |
| 628/96;685/200<br>4 | 259       | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок  | 200        | 5,00         | 1,00             | 0,26         | 14,97        | 66,18         |
| пп                  | 17038     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте   | 50         | 3,60         | 3,50             | 0,55         | 21,65        | 105,55        |
| <b>Итого:</b>       |           |   | <b>670</b> | <b>82,60</b> | <b>19,01</b>     | <b>28,98</b> | <b>84,19</b> | <b>673,58</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |   |            |              | <b>7,02</b>      |              |              |               |

### 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         |
| 110/96              | 168       | Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне<br>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         |
| ТТК                 | 19743     | Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное<br>Изделие кулинарное мясное "Крокетбол" / Томатная паста в асс. / Соус для детей в асс.   | 50         | 45,00         | 7,04             | 19,80        | 0,19         | 207,12        |
| 469/96;516/3/04     | 1669      | Макаронные изделия<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная  | 150        | 9,00          | 5,65             | 4,29         | 36,02        | 205,29        |
| Таб №24/96          | 1888      | Огурец солёный<br>Огурцы соленые  | 20         | 3,00          | 0,16             | 0,02         | 0,34         | 2,18          |
| 628/96;685/200<br>4 | 259       | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок  | 200        | 5,00          | 1,00             | 0,26         | 14,97        | 66,18         |
| пп                  | 17038     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте   | 50         | 3,60          | 3,50             | 0,55         | 21,65        | 105,55        |
| Таб.№24/96          | 7568      | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая  | 140        | 38,86         | 0,56             | 0,42         | 14,42        | 63,70         |
| <b>Итого:</b>       |           |   | <b>810</b> | <b>121,46</b> | <b>19,57</b>     | <b>29,40</b> | <b>98,61</b> | <b>737,28</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |   |            |               | <b>8,22</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         |
| 588/96           | 392       | Компот из сухофруктов<br>Сахар песок / Лимонная кислота   | 200        | 14,00        | 0,32             |             | 32,86        | 132,72        |
| ТТК              | 19734     | Пицца с мясом прессованным с соусом<br>Яйцо свежее / Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Соус в ассортименте / Сыр / Томатная паста в асс. / Масло растительное | 50         | 27,60        | 4,50             | 7,61        | 15,37        | 147,98        |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>250</b> | <b>41,60</b> | <b>4,82</b>      | <b>7,61</b> | <b>48,23</b> | <b>280,70</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |              | <b>4,02</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> |           |  |       |                  |       |          |        |
| №405/2004             | 13596     | Салат из свежей и морской капусты<br>Капуста свежая п/ф очищ. / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Капуста морская (сушеная) / Лимонная кислота                               | 100   | 1,45             | 5,03  | 8,70     | 85,87  |
| №71/2004              | 129       | Винегрет овощной<br>Картофель п/ф / Капуста квашеная / Огурцы соленые / Свекла п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная                  | 100   | 1,63             | 10,04 | 8,38     | 130,40 |
| ТТК                   | 7268      | Салат из крабовых палочек с рисом<br>Салат из крабовых палочек с рисом: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте / Рис / Соль йодированная) | 50    | 2,06             | 7,87  | 3,77     | 94,15  |
| Москва 2003г.         | 17137     | Салат из моркови с яблоками (местные)<br>Яблоко свежее местное / Морковь свежая п/ф / Масло растительное   | 100   | 0,89             | 8,28  | 9,33     | 115,42 |
| Таб.№24/96            | 3378      | Десерт фруктовый (мандарин)<br>Мандарины свежие  | 100   | 0,80             | 0,20  | 7,50     | 35,00  |

**Вторые блюда**

|        |       |   |        |       |       |       |        |
|--------|-------|---|--------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК    | 8183  | Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным<br>Запеканка творожная с крошкой: (Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная) / Молоко сгущенное                                 | 100/30 | 16,23 | 18,24 | 47,46 | 418,92 |
| ТТК    | 19852 | Котлеты Сочные<br>Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное   | 50     | 7,50  | 7,50  | 2,50  | 107,50 |
| 376/96 | 19798 | Поджарка из свинины<br>Свинина б/к (карбонад) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс.   | 40/15  | 0,42  | 7,03  | 2,21  | 73,83  |
| 439/96 | 2028  | Цыпленок отварные<br>Цыпленок бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист   | 75     | 17,43 | 14,98 | 0,21  | 205,38 |
| 416,96 | 19915 | Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая<br>Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая: (Свинина б/к (лопатка) / Вода / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) | 75     | 2,58  | 3,58  | 10,91 | 86,20  |
| ТТК    | 19743 | Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное<br>Изделие кулинарное мясное "Крокетбол" / Томатная паста в асс. / Соус для детей в асс.   | 50     | 7,04  | 19,80 | 0,19  | 207,12 |

**Гарниры и соусы**

|                 |      |   |     |      |      |       |        |
|-----------------|------|---|-----|------|------|-------|--------|
| ТТК             | 6527 | Рис оригинальный<br>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 |
| 482/96;534/04   | 1497 | Капуста свежая тушеная<br>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 |
| 469/96;516/3/04 | 1669 | Макаронные изделия<br>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<br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18  |
| 773/97;705/2004 | 314 | Отвар шиповника с сахаром<br>Вода / Шиповник / Сахар песок                           | 200 | 0,68 | 0,28 | 29,62 | 123,72 |

**Хлеб**

|    |       |                                       |    |      |      |       |       |
|----|-------|---------------------------------------|----|------|------|-------|-------|
| пп | 17588 | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте | 25 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 |
| пп | 17589 | Хлеб Дарницкий<br>Хлеб ржаной         | 25 | 1,70 | 0,33 | 9,95  | 49,53 |

**Мучные изделия**

|         |       |   |    |      |      |       |        |
|---------|-------|---|----|------|------|-------|--------|
| №769/04 | 342   | Булочка Домашняя<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное | 50 | 3,95 | 6,56 | 31,06 | 199,08 |
| ТТК     | 5149  | Крендель с сахаром<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная  | 50 | 3,94 | 5,96 | 30,87 | 192,88 |
| ТТК     | 18357 | Пряники в асс. 27г.<br>Пряники в асс.   | 27 | 1,35 | 1,49 | 20,20 | 99,61  |

**Итого: 130,00**

**Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств**

| Сборник рецептов      | Код блюда | Наименование   | Выход | Пищевая ценность |       |          |        |
|-----------------------|-----------|--|-------|------------------|-------|----------|--------|
|                       |           |  |       | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| <b>Холодные блюда</b> |           |  |       |                  |       |          |        |
| №405/2004             | 13596     | Салат из свежей и морской капусты<br>Капуста свежая п/ф очищ. / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Капуста морская (сушеная) / Лимонная кислота                               | 100   | 1,45             | 5,03  | 8,70     | 85,87  |
| №71/2004              | 129       | Винегрет овощной<br>Картофель п/ф / Капуста квашеная / Огурцы соленые / Свекла п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная                  | 100   | 1,63             | 10,04 | 8,38     | 130,40 |
| ТТК                   | 7268      | Салат из крабовых палочек с рисом<br>Салат из крабовых палочек с рисом: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте / Рис / Соль йодированная) | 50    | 2,06             | 7,87  | 3,77     | 94,15  |

|                        |       |  |        |       |       |       |        |
|------------------------|-------|--|--------|-------|-------|-------|--------|
| Москва 2003г.          | 17137 | Салат из моркови с яблоками (местные)<br>Яблоко свежее местное / Морковь свежая п/ф / Масло растительное   | 100    | 0,89  | 8,28  | 9,33  | 115,42 |
| Таб.№24/96             | 3378  | Десерт фруктовый (мандарин)<br>Мандарины свежие  | 100    | 0,80  | 0,20  | 7,50  | 35,00  |
| <b>Первые блюда</b>    |       |  |        |       |       |       |        |
| 110/96                 | 168   | Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне<br>Бульон куриный: (Вода / Суловой 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    | 1,66  | 4,06  | 11,02 | 87,26  |
| <b>Вторые блюда</b>    |       |  |        |       |       |       |        |
| ТТК                    | 8183  | Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным<br>Запеканка творожная с крошкой: (Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная) / Молоко сгущенное  | 100/30 | 16,23 | 18,24 | 47,46 | 418,92 |
| ТТК                    | 19852 | Котлеты Сочные<br>Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное  | 50     | 7,50  | 7,50  | 2,50  | 107,50 |
| 376/96                 | 19798 | Поджарка из свинины<br>Свинина б/к (карбонад) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс.  | 40/15  | 0,42  | 7,03  | 2,21  | 73,83  |
| 439/96                 | 2028  | Цыплята отварные<br>Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист  | 75     | 17,43 | 14,98 | 0,21  | 205,38 |
| 416,96                 | 19915 | Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая<br>Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая: (Свинина б/к (лопатка) / Вода / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная)  | 75     | 2,58  | 3,58  | 10,91 | 86,20  |
| ТТК                    | 19743 | Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное<br>Изделие кулинарное мясное "Крокетбол" / Томатная паста в асс. / Соус для детей в асс.  | 50     | 7,04  | 19,80 | 0,19  | 207,12 |
| <b>Гарниры и соусы</b> |       |  |        |       |       |       |        |
| ТТК                    | 6527  | Рис оригинальный<br>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 |
| 482/96;534/04          | 1497  | Капуста свежая тушеная<br>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 |
| 469/96;516/3/04        | 1669  | Макаронны отварные<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная   | 150    | 5,65  | 4,29  | 36,02 | 205,29 |
| <b>Третьи блюда</b>    |       |  |        |       |       |       |        |
| 628/96;685/200<br>4    | 259   | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок   | 200    | 1,00  | 0,26  | 14,97 | 66,18  |
| <b>Хлеб</b>            |       |  |        |       |       |       |        |
| пп                     | 17588 | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте  | 25     | 1,99  | 0,20  | 12,30 | 58,96  |
| пп                     | 17589 | Хлеб Дарницкий<br>Хлеб ржаной  | 25     | 1,70  | 0,33  | 9,95  | 49,53  |
| <b>Мучные изделия</b>  |       |  |        |       |       |       |        |
| №769/04                | 342   | Булочка Домашняя<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное  | 50     | 3,95  | 6,56  | 31,06 | 199,08 |
| ТТК                    | 5149  | Крендель с сахаром<br>Мука в/с / Яйцо свежее / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная   | 50     | 3,94  | 5,96  | 30,87 | 192,88 |
| ТТК                    | 18357 | Пряники в асс. 27г.<br>Пряники в асс.  | 27     | 1,35  | 1,49  | 20,20 | 99,61  |

**Итого: 130,00**

Зав.производства: Хартова Т. И.

Ответственный за питание  
СанПиН 2.3/2.6.3596-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru