



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

МЕНЮ

на 16.05.2024

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
394/96	5243	Жаркое по-домашнему из свинины б/к (окорок) Картофель п/ф / Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	25/125	48,00	7,55	17,70	17,58	259,82
Таб №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые	20	3,00	0,16	0,02	0,34	2,18
588/96	392	Компот из сухофруктов Сахар песок // Лимонная кислота	200	14,00	0,32		32,86	132,72
ТТК	18152	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	10	1,40	0,79	0,10	4,83	23,38
Таб.24/96	9025	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	110	20,35	0,99	0,22	8,91	41,58
Итого:			490	86,75	9,81	18,04	64,52	459,68
Итого ХЕ:					5,38			

Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
394/96	5243	Жаркое по-домашнему из свинины б/к (окорок) Картофель п/ф / Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	25/125	48,00	7,55	17,70	17,58	259,82
Таб №24/96	1888	Огурец солёный Огурцы соленые	20	3,00	0,16	0,02	0,34	2,18
588/96	392	Компот из сухофруктов Сахар песок // Лимонная кислота	200	14,00	0,32		32,86	132,72
ТТК	18152	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	10	1,40	0,79	0,10	4,83	23,38
Таб.24/96	9025	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	110	20,35	0,99	0,22	8,91	41,58
Итого:			490	86,75	9,81	18,04	64,52	459,68
Итого ХЕ:					5,38			

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
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76
416/96	9868	Котлета рубленая из свинины (околока) 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
463/96, таб№4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	18,00	8,73	5,90	39,46	245,91
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,60	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	17589	Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,53
Итого:			650	82,60	29,04	30,74	92,22	761,74
Итого ХЕ:					7,69			

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
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76
416/96	9868	Котлета рубленая из свинины (околока) 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
463/96, таб№4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	18,00	8,73	5,90	39,46	245,91
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,60	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	17589	Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,53
Итого:			650	82,60	29,04	30,74	92,22	761,74
Итого ХЕ:					7,69			

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
Сб.рец.Москва 2022г.	20006	Салат Оливье с ветчиной Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Зелень)	50	23,00	1,44	2,54	2,68	39,35
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	17,00	9,08	10,61	7,74	162,76
416/96	9868	Котлета рубленая из свинины (окоорока) запеченая Свинина б/к (окоорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	38,00	6,54	13,45	7,80	178,41
463/96,таб№4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	18,00	8,73	5,90	39,46	245,91
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,60	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	17589	Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,53
ТТК	18047	Слойка дрожжевая с маком п/ф Тесто слоеное дрожжевое п/ф / Начинка термост. маковая / Мука в/с	60	15,86	0,11	0,01	0,70	3,35
Итого:			760	121,46	30,59	33,30	95,60	804,44
Итого ХЕ:					7,97			

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 Сахар песок // Лимонная кислота	200	14,00	0,32		32,86	132,72
ТТК	18633	Сырная палочка Сырная палочка: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	75	27,60	9,52	7,34	36,59	250,49
Итого:			275	41,60	9,84	7,34	69,45	383,21
Итого ХЕ:					5,79			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
Сб.рец.Москва 2022г.	20006	Салат Оливье с ветчиной Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Зелень)	50	1,44	2,54	2,68	39,35
Сб.рец. Москва 2022г	19984	Салат овощной с фасолью Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф // Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Огурцы соленые / Соль йодированная	100	1,45	10,25	10,71	140,87
ТТК	17945	Салат из моркови с сахаром (молодая) Морковь свежая молодая / Сахар песок	100	0,13	0,01	10,37	42,11
49/2013	18515	Салат "Ароматный" Капуста свежая молодая / Огурец свежий д/с / Масло растительное / Вода / Соль пищевая / Лимонная кислота	60	0,27	6,03	0,73	58,25
ТТК	20073	Десерт фруктовый с сахаром (груша,апельсин) Десерт фруктовый с сахаром (груша,апельсин): (Апельсины свежие / Груша свежая / Сахар песок)	75	4,20	1,65	211,50	877,65
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
Вторые блюда							
394/96	14208	Жаркое по-домашнему из свинины б/к (окоорок) Картофель п/ф / Свинина б/к (окоорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	40/150	3,55	8,47	21,10	174,85
401/96	11664	Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная	40/40	12,20	14,10	2,54	185,86
436/96	15458	Цыплята запеченные Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное	75	17,67	18,21		234,59
416/96	17305	Котлета рубленая из свинины (окоорока) запеченая Котлета рубленая из свинины (окоорока) запеченая: (Свинина б/к (окоорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная)	75	9,81	20,18	11,70	267,62
416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло сливочное	50	8,65	2,97	7,91	92,97
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти	50	5,61	9,69	1,02	113,73
Гарниры и соусы							
№242/97;518/3/2004	1998	Картофель отварной с маслом Картофель п/ф / Масло сливочное	150/5	3,04	4,25	24,52	148,45
463/96,таб№4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91
469/96;516/3/04	1669	Макаронны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
Третьи блюда							
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
588/96	392	Компот из сухофруктов Сахар песок // Лимонная кислота	200	0,32		32,86	132,72

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	14042	Рожок шоколадный Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Начинка термост.Веста в асс. / Сахар песок / Масло сливочное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное	50	3,71	4,12	30,55	174,12
693/96	3529	Шанежка со сметаной Мука в/с / Вода / Яйцо свежее / / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	60	3,77	7,56	28,06	195,36
ТТК	18047	Слойка дрожжевая с маком п/ф Тесто слоеное дрожжевое п/ф / Начинка термост. маковая / Мука в/с	60	0,11	0,01	0,70	3,35

Итого: 130,00

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
Сб.рец.Москва 2022г.	20006	Салат Оливье с ветчиной Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Зелень)	50	1,44	2,54	2,68	39,35
Сб.рец. Москва 2022г	19984	Салат овощной с фасолью Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Огурцы соленые / Соль йодированная	100	1,45	10,25	10,71	140,87
ТТК	17945	Салат из моркови с сахаром (молодая) Морковь свежая молодая / Сахар песок	100	0,13	0,01	10,37	42,11
49/2013	18515	Салат "Ароматный" Капуста свежая молодая / Огурец свежий д/с / Масло растительное / Вода / Соль пищевая / Лимонная кислота	60	0,27	6,03	0,73	58,25
ТТК	20073	Десерт фруктовый с сахаром (груша,апельсин) Десерт фруктовый с сахаром (груша,апельсин): (Апельсины свежие / Груша свежая / Сахар песок)	75	4,20	1,65	211,50	877,65
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80

Первые блюда

120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	9,08	10,61	7,74	162,76
--------	-------	---	-----	------	-------	------	--------

Вторые блюда

394/96	14208	Жаркое по-домашнему из свинины б/к (ококор) Картофель п/ф / Свинина б/к (ококор) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	40/150	3,55	8,47	21,10	174,85
401/96	11664	Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная	40/40	12,20	14,10	2,54	185,86
436/96	15458	Цыплята запеченные Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное	75	17,67	18,21		234,59
416/96	17305	Котлета рубленая из свинины (окоорока) запеченая Котлета рубленая из свинины (окоорока) запеченая: (Свинина б/к (ококор) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная)	75	9,81	20,18	11,70	267,62
416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло сливочное	50	8,65	2,97	7,91	92,97
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти	50	5,61	9,69	1,02	113,73

Гарниры и соусы

№242/97;518/3/2004	1998	Картофель отварной с маслом Картофель п/ф / Масло сливочное	150/5	3,04	4,25	24,52	148,45
463/96,таб№4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29

Третьи блюда

628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
----------	-----	---	-----	------	------	-------	-------

Хлеб

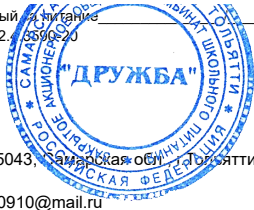
пп	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	2,45	0,39	15,16	73,89
пп	17091	Хлеб Дарницкий Хлеб в ассортименте	35	2,45	0,39	15,16	73,89

Мучные изделия

ТТК	14042	Рожок шоколадный Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Начинка термост.Веста в асс. / Сахар песок / Масло сливочное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное	50	3,71	4,12	30,55	174,12
693/96	3529	Шанежка со сметаной Мука в/с / Вода / Яйцо свежее / / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	60	3,77	7,56	28,06	195,36
ТТК	18047	Слойка дрожжевая с маком п/ф Тесто слоеное дрожжевое п/ф / Начинка термост. маковая / Мука в/с	60	0,11	0,01	0,70	3,35

Итого: 130,00

Ответственный за питание /
СанПиН 2.3/2.1.3596-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru