



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

## МЕНЮ

на 15.09.2023

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

**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
60/81	10818	Салат из свежих помидоров со сладким перцем Помидор свежий / Перец болгарский / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная	60	13,46	0,71	3,06	3,32	43,66
403/96	16889	Плов из свинины (карбонад) Рис / Свинина б/к (карбонад) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	30/150	56,00	4,04	6,83	39,99	237,59
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
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,40	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
<b>Итого:</b>			<b>490</b>	<b>78,86</b>	<b>9,44</b>	<b>10,67</b>	<b>80,53</b>	<b>455,91</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,71</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
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный; (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	14,00	11,31	9,48	15,80	193,72
403/96	16889	Плов из свинины (карбонад) Рис / Свинина б/к (карбонад) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	30/150	56,00	4,04	6,83	39,99	237,59
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
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,40	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
<b>Итого:</b>			<b>630</b>	<b>79,40</b>	<b>20,04</b>	<b>17,09</b>	<b>93,01</b>	<b>605,98</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,75</b>			

**Обед 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
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный; (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	14,00	11,31	9,48	15,80	193,72
403/96	16889	Плов из свинины (карбонад) Рис / Свинина б/к (карбонад) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	30/150	56,00	4,04	6,83	39,99	237,59
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
пп	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,40	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
<b>Итого:</b>			<b>630</b>	<b>79,40</b>	<b>20,04</b>	<b>17,09</b>	<b>93,01</b>	<b>605,98</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,75</b>			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка); (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	10,00	0,20	0,04	19,01	77,20
	19739	Булочка молочная с мясом пресованным Булочка Молочная; (Мука в/с / Молоко / Дрожжи пресованные / Масло растительное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная) / Изделие кулинарное мясное Мясо пресованное	30/50	30,00	5,30	2,44	28,94	158,90
<b>Итого:</b>			<b>280</b>	<b>40,00</b>	<b>5,50</b>	<b>2,48</b>	<b>47,95</b>	<b>236,10</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>4,00</b>			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
60/81	10818	Салат из свежих помидоров со сладким перцем Помидор свежий / Перец болгарский / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная	60	0,71	3,06	3,32	43,66
ТТК	7847	Салат из крабовых палочек с капустой Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Крабовые палочки / Соус для детей от Злет в асс. / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота	40	2,95	4,24	2,34	59,33
58/13	10909	Салат из моркови с чесноком и соусом Салат из моркови с чесноком и соусом : (Морковь свежая п/ф / Соус для детей от Злет в асс. / Чеснок)	60	0,93	6,08	3,96	74,28

36/97	5934	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная)	50	0,29	2,52	1,29	29,00
ТТК	6775	Слива свежая Слива свежая	100	0,80	0,30	9,90	45,50
Таб.№24/96	9199	Дыня свежая Дыня св.	100	0,78	0,39	9,62	45,11

### Вторые блюда

403/96	16889	Плов из свинины (карбонад) Рис / Свинина б/к (карбонад) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	30/150	4,04	6,83	39,99	237,59
401/96	12778	Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с / Томатная паста в асс.	30/30	9,06	10,57	1,38	136,89
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	8,64	6,74	7,80	126,42
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
ТТК	18915	Котлета рыбная "Веста" из минтая Котлета рыбная "Веста" из минтая п/ф 102г. / Масло растительное	90	12,80	11,61	10,06	195,93
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	8,64	6,74	7,80	126,42

### Гарниры и соусы

469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
463/96, таб№4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91
111/07 ДеЛи принт	11592	Картофель тушеный с луком и томатом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная	150	3,42	3,87	26,64	155,07

### Третьи блюда

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	4145	Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок	200	0,20	0,04	19,01	77,20

### 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	17289	Языки слоеные Тесто слоеное пресное / Сахар песок	30	2,40	5,91	18,29	135,94
ТТК	18357	Пряники в асс. 27г. Пряники в асс.	27	1,35	1,49	20,20	99,61
№ 107/08 Муч.	2371	Булочка Ванильная Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин	50	4,15	3,90	29,51	169,74

Итого: 100,00

### Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
60/81	10818	Салат из свежих помидоров со сладким перцем Помидор свежий / Перец болгарский / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная	60	0,71	3,06	3,32	43,66
ТТК	7847	Салат из крабовых палочек с капустой Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Крабовые палочки / Соус для детей от 3лет в асс. / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота	40	2,95	4,24	2,34	59,33
58/13	10909	Салат из моркови с чесноком и соусом Салат из моркови с чесноком и соусом : (Морковь свежая п/ф / Соус для детей от 3лет в асс. / Чеснок)	60	0,93	6,08	3,96	74,28
36/97	5934	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная)	50	0,29	2,52	1,29	29,00
ТТК	6775	Слива свежая Слива свежая	100	0,80	0,30	9,90	45,50
Таб.№24/96	9199	Дыня свежая Дыня св.	100	0,78	0,39	9,62	45,11

### Первые блюда

138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	11,31	9,48	15,80	193,72
--------	-------	--	-----	-------	------	-------	--------

### Вторые блюда

403/96	16889	Плов из свинины (карбонад) Рис / Свинина б/к (карбонад) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	30/150	4,04	6,83	39,99	237,59
401/96	12778	Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с / Томатная паста в асс.	30/30	9,06	10,57	1,38	136,89

416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	8,64	6,74	7,80	126,42
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
ТТК	18915	Котлета рыбная "Веста" из минтая Котлета рыбная "Веста" из минтая п/ф 102г. / Масло растительное	90	12,80	11,61	10,06	195,93
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	8,64	6,74	7,80	126,42

#### Гарниры и соусы

111/07 ДеЛи принт	14066	Картофель тушеный с луком и томатом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная	100	2,28	2,38	17,78	101,66
255/96,таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	5,85	4,06	26,43	165,66
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84

#### Третьи блюда

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
---------------------	-----	--	-----	------	------	-------	-------

#### 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	17289	Языки слоеные Тесто слоеное пресное / Сахар песок	30	2,40	5,91	18,29	135,94
ТТК	18357	Пряники в асс. 27г. Пряники в асс.	27	1,35	1,49	20,20	99,61
№ 107/08 Муч.	2371	Булочка Ванильная Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Ванилин	50	4,15	3,90	29,51	169,74

**Итого: 100,00**

Зав.производства: Карпова С.И.

Ответственный за питание  
СанПиН 2.3/2.3.6.389-2000



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

E-mail: eda0910@mail.ru