



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

МЕНЮ

на 22.05.2024

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
ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей, с маслом <small>Пельмени "МБ" с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист</small>	150	48,00	20,21	13,70	34,41	342,00
Таб №24/96	1888	Огурец солёный <small>Огурцы соленые</small>	20	3,00	0,16	0,02	0,34	2,18
588/96	392	Компот из сухофруктов <small>Сахар песок // Лимонная кислота</small>	200	14,00	0,32		32,86	132,72
ТТК	18152	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	10	1,40	0,79	0,10	4,83	23,38
Таб.24/96	9025	Десерт фруктовый (апельсин) <small>Апельсины свежие</small>	110	20,35	0,99	0,22	8,91	41,58
Итого:			490	86,75	22,47	14,04	81,35	541,86
Итого ХЕ:					6,78			

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
ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей, с маслом <small>Пельмени "МБ" с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист</small>	150	48,00	20,21	13,70	34,41	342,00
Таб №24/96	1888	Огурец солёный <small>Огурцы соленые</small>	20	3,00	0,16	0,02	0,34	2,18
588/96	392	Компот из сухофруктов <small>Сахар песок // Лимонная кислота</small>	200	14,00	0,32		32,86	132,72
ТТК	18152	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	10	1,40	0,79	0,10	4,83	23,38
Таб.24/96	9025	Десерт фруктовый (апельсин) <small>Апельсины свежие</small>	110	20,35	0,99	0,22	8,91	41,58
Итого:			490	86,75	22,47	14,04	81,35	541,86
Итого ХЕ:					6,78			

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 <small>Бульон куриный (суп. набор): (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</small>	200	19,00	1,66	4,06	11,02	87,26
416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят <small>Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло сливочное</small>	50	42,00	8,65	2,97	7,91	92,97
255/96, таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая <small>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная</small>	100	12,00	5,85	4,06	26,43	165,66
628/96г.	259	Чай с сахаром <small>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок</small>	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
пп	17588	Хлеб Городской <small>Хлеб в ассортименте</small>	25	2,60	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	17589	Хлеб Дарницкий <small>Хлеб ржаной</small>	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,53
Итого:			600	82,60	20,85	11,87	82,58	520,55
Итого ХЕ:					6,88			

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 <small>Бульон куриный (суп. набор): (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</small>	200	19,00	1,66	4,06	11,02	87,26
416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят <small>Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло сливочное</small>	50	42,00	8,65	2,97	7,91	92,97
255/96, таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая <small>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная</small>	100	12,00	5,85	4,06	26,43	165,66
628/96г.	259	Чай с сахаром <small>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок</small>	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
пп	17588	Хлеб Городской <small>Хлеб в ассортименте</small>	25	2,60	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	17589	Хлеб Дарницкий <small>Хлеб ржаной</small>	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,53
Итого:			600	82,60	20,85	11,87	82,58	520,55
Итого ХЕ:					6,88			

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.	2008	Салат Зелёный с ветчиной Салат Зелёный с ветчиной. (Капуста пекинская / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурец свежий / Масло растительное / Зелень)	50	22,00	0,43	5,25	0,54	51,15
110/96	168	Борщ 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) / 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	19,00	1,66	4,06	11,02	87,26
416/96	9545	Котлета рубленая из цыплят Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло сливочное	50	42,00	8,65	2,97	7,91	92,97
255/96, таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	12,00	5,85	4,06	26,43	165,66
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	14068	Рачки с начинкой Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Начинка термост.Веста в асс. / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак семена / Масло растительное	50	16,86	3,65	5,26	29,13	178,46
Итого:			700	121,46	24,93	22,38	112,25	750,17
Итого ХЕ:					9,35			

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							
ТТК	183	Яйцо под соусом с зеленым горошком Яйцо свежее / Горошек зеленый консервированный / Соус в ассортименте на основе растительного масла	0,5/10/10	3,30	9,03	1,51	100,51
40/97	10563	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф)	60	0,58	3,07	2,72	40,83
58/13	20189	Салат из моркови с чесноком и маслом раст.(морк. молодая) Салат из моркови с чесноком и маслом раст.(морк. молодая): (Морковь свежая молодая / Масло растительное / Чеснок)	75	0,25	7,51	0,99	72,54
ТТК	18560	Салат из свежей капусты с кукурузой Салат из свежей капусты с кукурузой : (Капуста свежая молодая / Кукуруза консервированная / Морковь свежая молодая / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Лимонная кислота)	100	0,70	4,00	7,19	67,60
ТТК	13144	Салат "Здоровье" Свекла п/ф / Морковь свежая п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Соль йодированная	100	1,82	18,20	7,67	201,76
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
Таб.№24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Вторые блюда							
ТТК	19353	Пельмени отварные с курицей,с маслом Пельмени отварные с курицей,с маслом : (Пельмени "МБ" с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист)	200	22,45	15,51	38,22	382,34
401/96	12834	Гуляш из свинины (окорок) Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	40/40	1,50	6,03	3,78	75,44
ТТК	13432	Котлета натур.куриная на косточке Котлета натур.куриная на косточке / Масло растительное	75	18,86	22,29	0,23	276,97
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							
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
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	Макаронные изделия 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 №5,13	1110	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	6,35	4,90	24,39	167,06
ТТК, №630/13	8219	Булочка чайная Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / творог / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло сливочное / Масло растительное / Соль йодированная	50	5,47	6,47	26,50	186,11
ТТК	14068	Рачки с начинкой Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Начинка термост.Веста в асс. / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак семена / Масло растительное	50	3,65	5,26	29,13	178,46

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							
ТТК	183	Яйцо под соусом с зеленым горошком Яйцо свежее / Горошек зеленый консервированный / Соус в ассортименте на основе растительного масла	0,5/10/10	3,30	9,03	1,51	100,51
40/97	10563	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф)	60	0,58	3,07	2,72	40,83
58/13	20189	Салат из моркови с чесноком и маслом раст.(морк. молодая) Салат из моркови с чесноком и маслом раст.(морк. молодая): (Морковь свежая молодая / Масло растительное / Чеснок)	75	0,25	7,51	0,99	72,54
ТТК	18560	Салат из свежей капусты с кукурузой Салат из свежей капусты с кукурузой: (Капуста свежая молодая / Кукуруза консервированная / Морковь свежая молодая / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Лимонная кислота)	100	0,70	4,00	7,19	67,60
ТТК	13144	Салат "Здоровье" Свекла п/ф / Морковь свежая п/ф / Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Соль йодированная	100	1,82	18,20	7,67	201,76
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80
Таб.№24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50

Первые блюда

110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Бульон куриный (сул.набор): (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 / 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
--------	-----	---	-----	------	------	-------	-------

Вторые блюда

ТТК	19353	Пельмени отварные с курицей,с маслом Пельмени отварные с курицей,с маслом : (Пельмени "МБ" с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист)	200	22,45	15,51	38,22	382,34
401/96	12834	Гуляш из свинины (окорок) Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	40/40	1,50	6,03	3,78	75,44
ТТК	13432	Котлета натур.куриная на косточке Котлета натур.куриная на косточке / Масло растительное	75	18,86	22,29	0,23	276,97
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

472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
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	Макаронные изделия Вода / Макаронные 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 №5,13	1110	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	6,35	4,90	24,39	167,06
ТТК, №630/13	8219	Булочка чайная Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / творог / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло сливочное / Масло растительное / Соль йодированная	50	5,47	6,47	26,50	186,11

ТТК	14068	Рачки с начинкой Мука в/с / Яйцо свежее / Молоко / Начинка термост. Веста в асс. / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак семена / Масло растительное	50	3,65	5,26	29,13	178,46
-----	-------	---	----	------	------	-------	--------

Итого: 130,00

Зав.производства Султанов Н. Ш.

Ответственный Султанов Н. Ш. /
СанПин 2.3/2. 3590020



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

E-mail: eda0910@mail.ru