



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

МЕНЮ

на 18.09.2023

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
ТТК	10861	Салат из моркови с изюмом и маслом растительным <small>Морковь свежая п/ф / Изюм / Сахар песок / Масло растительное</small>	50	9,46	0,62	2,54	11,33	70,66
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" <small>Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное</small>	70	45,00	11,80	12,03	10,80	198,64
465/96;511/3/04	1004	Рис отварной <small>Рис / Масло растительное / Соль йодированная</small>	150	17,00	3,84	5,62	40,05	226,14
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром <small>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	2,40	1,99	0,20	12,30	58,96
Итого:			495	78,86	19,25	20,64	89,45	620,58
Итого ХЕ:					7,45			

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
151/96	15764	Суп лапша домашняя на кур. бульоне <small>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное</small>	200	10,00	11,18	12,32	11,46	201,39
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" <small>Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное</small>	70	45,00	11,80	12,03	10,80	198,64
465/96;511/3/04	1004	Рис отварной <small>Рис / Масло растительное / Соль йодированная</small>	150	17,00	3,84	5,62	40,05	226,14
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром <small>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	2,40	1,99	0,20	12,30	58,96
Итого:			645	79,40	29,81	30,42	89,58	751,30
Итого ХЕ:					7,46			

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
151/96	15764	Суп лапша домашняя на кур. бульоне <small>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное</small>	200	10,00	11,18	12,32	11,46	201,39
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" <small>Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное</small>	70	45,00	11,80	12,03	10,80	198,64
465/96;511/3/04	1004	Рис отварной <small>Рис / Масло растительное / Соль йодированная</small>	150	17,00	3,84	5,62	40,05	226,14
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром <small>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	2,40	1,99	0,20	12,30	58,96
Итого:			645	79,40	29,81	30,42	89,58	751,30
Итого ХЕ:					7,46			

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	19302	Слойка с картофелем, сыром <small>Слойка с картофелем, сыром п/ф 60гр. / Яйцо свежее</small>	50	15,00	4,26	12,38	19,11	204,90
698/97	19890	Компот из груш <small>Вода / Груша свежая местная / Сахар песок / Лимонная кислота</small>	200	17,00	0,18	0,13	28,53	116,01
ТТК	18334	Зефир в асс. 23 г. <small>Зефир в асс.</small>	23	8,00	0,18	0,02	18,35	74,30
Итого:			273	40,00	4,62	12,53	65,99	395,21
Итого ХЕ:					5,50			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
№40/97	6449	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой <small>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)</small>	50	0,48	2,56	2,27	34,04
	19883	Салат Кабачок с салатной заправкой. <small>Салат Кабачок с салатной заправкой: (Кабачки свежие / (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Масло растительное / Мука в/с / Чеснок)</small>	40	0,64	3,36	4,75	51,77
	10105	Салат из свежей капусты с яблоками <small>Салат из свежей капусты с яблоками: (Капуста свежая п/ф очищ. / Яблоко свежее / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота)</small>	80	1,21	4,09	6,62	68,13

ТТК	10861	Салат из моркови с изюмом и маслом растительным Морковь свежая п/ф / Изюм / Сахар песок / Масло растительное	50	0,62	2,54	11,33	70,66
ТТК	16879	Яйцо под соусом с капустой пек. Яйцо свежее / Капуста пекинская / Соус для детей от 3лет в асс.	0,5/10/10	2,72	7,65	0,68	82,40
Таб.№24/96	9199	Дыня свежая Дыня св.	100	0,78	0,39	9,62	45,11

Вторые блюда

ТТК	18300	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	135/30	8,66	12,16	46,52	330,16
376/96	16864	Поджарка из свинины Свинина б/к (карбонад) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс.	30/7,5	0,24	3,52	1,20	37,39
416/96	5000	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб): (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/30	8,93	8,26	9,65	148,66
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
ТТК	19743	Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное 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

465/96;511/3/0 4	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,84	5,62	40,05	226,14
Таб №24/96	11483	Каша ячневая вязкая Вода / Крупа ячневая / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,24	4,04	20,99	133,28
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29

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
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21	61,25

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	17504	Булочка Десертная (начинка) Булочка Десертная: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Начинка термостабильная в асс. / Сахар песок / Масло растительное / Вода / Дрожжи прессованные / Сахарная пудра / Соль йодированная)	50	3,84	4,57	24,22	153,40
№775/04	278	Булочка Российская Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Молоко / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин	60	4,54	5,28	36,87	213,16
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

Итого: 100,00

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
№40/97	6449	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)	50	0,48	2,56	2,27	34,04
	19883	Салат Кабачок с салатной запр. Салат Кабачок с салатной запр.: (Кабачки свежие / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Масло растительное / Мука в/с / Чеснок)	40	0,64	3,36	4,75	51,77
	10105	Салат из свежей капусты с яблоками Салат из свежей капусты с яблоками: (Капуста свежая п/ф очищ. / Яблоко свежее / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота)	80	1,21	4,09	6,62	68,13
ТТК	10861	Салат из моркови с изюмом и маслом растительным Морковь свежая п/ф / Изюм / Сахар песок / Масло растительное	50	0,62	2,54	11,33	70,66
ТТК	16879	Яйцо под соусом с капустой пек. Яйцо свежее / Капуста пекинская / Соус для детей от 3лет в асс.	0,5/10/10	2,72	7,65	0,68	82,40
Таб.№24/96	9199	Дыня свежая Дыня св.	100	0,78	0,39	9,62	45,11

Первые блюда

151/96	15764	Суп лапша домашняя на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / : (Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	200	11,18	12,32	11,46	201,39
--------	-------	--	-----	-------	-------	-------	--------

Вторые блюда

ТТК	18300	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	135/30	8,66	12,16	46,52	330,16
376/96	16864	Поджарка из свинины Свинина б/к (карбонад) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс.	30/7,5	0,24	3,52	1,20	37,39

416/96	5000	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб): (Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/30	8,93	8,26	9,65	148,66
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
ТТК	19743	Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное 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

Таб №24/96	11483	Каша ячневая вязкая Вода / Крупа ячневая / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,24	4,04	20,99	133,28
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макаaronные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29

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	17504	Булочка Десертная (начинка) Булочка Десертная: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Начинка термостабильная в асс. / Сахар песок / Масло растительное / Вода / Дрожжи прессованные / Сахарная пудра / Соль йодированная)	50	3,84	4,57	24,22	153,40
№775/04	278	Булочка Российская Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Молоко / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин	60	4,54	5,28	36,87	213,16
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

Итого: 100,00

Зав.производства: Хартова Т.И.

Ответственный за питание
СанПин 2.3/2.3.01.001



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

E-mail: eda0910@mail.ru