



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

МЕНЮ

на 29.11.2023

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 рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
№405/2004	13596	Салат из свежей и морской капусты <small>Капуста свежая п/ф очич. / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Капуста морская (сушеная) / Лимонная кислота</small>	100	19,00	1,45	5,03	8,70	85,87
ТТК	19852	Котлеты Сочные <small>Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное</small>	50	40,00	7,50	7,50	2,50	107,50
ТТК	5918	Рис оригинальный <small>Рис / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист</small>	100	12,00	2,87	4,10	27,90	159,98
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
ТТК	18152	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	10	1,40	0,79	0,10	4,83	23,38
ТТК	18248	Хурма порционная <small>Хурма свежая</small>	90	19,47	0,05	0,04	1,38	6,01
Итого:			550	96,87	13,66	17,02	60,28	448,92
Итого ХЕ:					5,02			

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	334	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на кур. бульоне <small>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очич. / Картофель п/ф // Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Перец черный молотый / Лавровый лист</small>	200/10	21,00	1,86	6,06	11,22	106,86
ТТК	19852	Котлеты Сочные <small>Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное</small>	50	40,00	7,50	7,50	2,50	107,50
ТТК	5918	Рис оригинальный <small>Рис / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист</small>	100	12,00	2,87	4,10	27,90	159,98
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
ТТК	18152	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	10	1,40	0,79	0,10	4,83	23,38
Итого:			570	79,40	14,02	18,02	61,42	463,90
Итого ХЕ:					5,12			

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	334	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на кур. бульоне <small>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очич. / Картофель п/ф // Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Перец черный молотый / Лавровый лист</small>	200/10	21,00	1,86	6,06	11,22	106,86
ТТК	19852	Котлеты Сочные <small>Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное</small>	50	40,00	7,50	7,50	2,50	107,50
ТТК	5918	Рис оригинальный <small>Рис / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист</small>	100	12,00	2,87	4,10	27,90	159,98
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
ТТК	18152	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	10	1,40	0,79	0,10	4,83	23,38
Итого:			570	79,40	14,02	18,02	61,42	463,90
Итого ХЕ:					5,12			

Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
697/97	7820	Компот из ягод замороженной <small>Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота</small>	200	12,00	0,26	0,11	25,88	105,55
ТТК	19734	Пицца с мясом прессованным с соусом <small>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</small>	50	28,00	4,50	7,61	15,37	147,98
Итого:			250	40,00	4,76	7,72	41,25	253,53
Итого ХЕ:					3,44			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
№405/2004	13596	Салат из свежей и морской капусты <small>Капуста свежая п/ф очич. / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Капуста морская (сушеная) / Лимонная кислота</small>	100	1,45	5,03	8,70	85,87

№71/2004	129	Винегрет овощной 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 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) Яблоко свежее местное / Морковь свежая п/ф / Масло растительное	100	0,89	8,28	9,33	115,42
	16878	Хурма порционная Хурма свежая	110	0,06	0,04	1,68	7,35

Вторые блюда

ТТК	8183	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным 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 Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное	50	7,50	7,50	2,50	107,50
439/96	2028	Цыплята отварные Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист	75	17,43	14,98	0,21	205,38
376/96	19798	Поджарка из свинины Свинина б/к (карбонад) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс.	40/15	0,42	7,03	2,21	73,83
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
416,96	19915	Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченная Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченная: (Свинина б/к (лопатка) / Вода / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная)	75	2,58	3,58	10,91	86,20

Гарниры и соусы

469/96;516/3/04	1669	Макаронные изделия Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	6527	Рис оригинальный 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
464/96, таб №4	15864	Каша кукурузная вязкая Вода / / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,44	5,74	29,47	183,32

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
773/97;705/200 4	314	Отвар шиповника с сахаром Вода / Шиповник / Сахар песок	200	0,68	0,28	29,62	123,72

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	8986	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	30	3,81	2,94	14,64	100,26
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	1,64	5,74	14,41	115,86
ТТК	5149	Крендель с сахаром 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

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							
№405/2004	13596	Салат из свежей и морской капусты 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 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 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) Яблоко свежее местное / Морковь свежая п/ф / Масло растительное	100	0,89	8,28	9,33	115,42
	16878	Хурма порционная Хурма свежая	110	0,06	0,04	1,68	7,35
Первые блюда							
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне 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	1,66	4,06	11,02	87,26
Вторые блюда							
ТТК	8183	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным 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 Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное	50	7,50	7,50	2,50	107,50
439/96	2028	Цыплята отварные Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист	75	17,43	14,98	0,21	205,38

376/96	19798	Поджарка из свинины Свинина б/к (карбонад) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс.	40/15	0,42	7,03	2,21	73,83
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
416,96	19915	Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая 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
Гарниры и соусы							
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	6527	Рис оригинальный 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
464/96, таб №4	15864	Каша кукурузная вязкая Вода / / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,44	5,74	29,47	183,32
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	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	8986	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	30	3,81	2,94	14,64	100,26
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	1,64	5,74	14,41	115,86
ТТК	5149	Крендель с сахаром 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

Итого: 130,00

Зав.производство Хартова Т.И.

Ответственный за качество
СанПиН 2.3/2.6.5906.20



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

E-mail: eda0910@mail.ru