



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

МЕНЮ

на 23.10.2023

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
	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	15,46	0,58	3,07	2,72	40,83
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	45,00	11,80	12,03	10,80	198,64
465/96;511/3/04	254	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	11,00	2,52	4,86	26,64	160,34
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
Итого:			455	78,86	17,89	20,41	67,43	524,95
Итого ХЕ:					5,62			

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
139/96	15769	Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	16,00	9,38	8,11	16,93	178,22
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	45,00	11,80	12,03	10,80	198,64
465/96;511/3/04	254	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	11,00	2,52	4,86	26,64	160,34
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
Итого:			595	79,40	26,69	25,45	81,64	662,34
Итого ХЕ:					6,80			

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
139/96	15769	Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	16,00	9,38	8,11	16,93	178,22
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	45,00	11,80	12,03	10,80	198,64
465/96;511/3/04	254	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	11,00	2,52	4,86	26,64	160,34
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
Итого:			595	79,40	26,69	25,45	81,64	662,34
Итого ХЕ:					6,80			

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	26,00	9,52	7,34	36,59	250,49
Итого:			275	40,00	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	10362	Салат из крабовых палочек с капустой 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)	50	2,06	6,19	2,85	75,35
	15257	Салат из моркови с яблоками Салат из моркови с яблоками: (Яблоко свежее / Морковь свежая п/ф / Масло растительное)	80	0,54	6,72	3,23	75,51
	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

ТТК	19940	Яйцо под соусом с капустой пек. Яйцо свежее / Капуста пекинская / Соус для детей от Злет в асс.	1/10/10	5,10	10,27	0,80	115,98
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
ТАБ №24/96	5167	Виноград свежий Виноград свежий	80	0,50	0,50	12,81	57,74

Вторые блюда

ТТК	18300	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	135/30	8,66	12,16	46,52	330,16
	13177	Медальоны куриные с сыром Медальоны куриные с сыром п/ф 64г. / Масло растительное	55	10,97	17,67	2,12	211,36
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	13432	Котлета натур.куриная на косточке Котлета натур.куриная на косточке / Масло растительное	75	18,86	22,29	0,23	276,97
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

ТТК	6329	Рис припущенный с овощами Вода / Рис / Перец болгарский / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная	150	39,70	77,30	358,30	2 287,70
	240/96	Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18	174,82
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

628/96;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
	588/96	Компот из сухофруктов Сахар песок // Лимонная кислота	200	0,32		32,86	132,72

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

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	17756	Ватрушка Ароматная Яйцо свежее / Мука в/с / Начинка термостабильная в асс. / Вода / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,17	1,94	19,62	108,61
№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

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	10362	Салат из крабовых палочек с капустой 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)	50	2,06	6,19	2,85	75,35
	15257	Салат из моркови с яблоками Салат из моркови с яблоками: (Яблоко свежее / Морковь свежая п/ф / Масло растительное)	80	0,54	6,72	3,23	75,51
	10563	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурцы свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф)	60	0,58	3,07	2,72	40,83
ТТК	19940	Яйцо под соусом с капустой пек. Яйцо свежее / Капуста пекинская / Соус для детей от Злет в асс.	1/10/10	5,10	10,27	0,80	115,98
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
ТАБ №24/96	5167	Виноград свежий Виноград свежий	80	0,50	0,50	12,81	57,74

Первые блюда

139/96	15769	Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	9,38	8,11	16,93	178,22
--------	-------	---	-----	------	------	-------	--------

Вторые блюда

ТТК	18300	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	135/30	8,66	12,16	46,52	330,16
	13177	Медальоны куриные с сыром Медальоны куриные с сыром п/ф 64г. / Масло растительное	55	10,97	17,67	2,12	211,36
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	13432	Котлета натур.куриная на косточке Котлета натур.куриная на косточке / Масло растительное	75	18,86	22,29	0,23	276,97

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							
ТТК	6329	Рис припущенный с овощами Вода / Рис / Перец болгарский / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная	150	39,70	77,30	358,30	2 287,70
240/96	7309	Картофель запеченный Картофель п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,09	6,86	25,18	174,82
469/96;516/3/04	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							
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	17756	Ватрушка Ароматная Яйцо свежее / Мука в/с / Начинка термостабильная в асс. / Вода / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,17	1,94	19,62	108,61
№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

Итого: 130,00

Зав.производство: Хартова С.И.

Ответственный за качество
СанПиН 2.3/2.6596.20



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

E-mail: eda0910@mail.ru