



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



## МЕНЮ

на 16.10.2023

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	Ккал
	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
<b>Итого:</b>			<b>455</b>	<b>78,86</b>	<b>17,89</b>	<b>20,41</b>	<b>67,43</b>	<b>524,95</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,62</b>			

**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	Ккал
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
<b>Итого:</b>			<b>595</b>	<b>79,40</b>	<b>26,69</b>	<b>25,45</b>	<b>81,64</b>	<b>662,34</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,80</b>			

**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	Ккал
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
<b>Итого:</b>			<b>595</b>	<b>79,40</b>	<b>26,69</b>	<b>25,45</b>	<b>81,64</b>	<b>662,34</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,80</b>			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
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
<b>Итого:</b>			<b>275</b>	<b>40,00</b>	<b>9,84</b>	<b>7,34</b>	<b>69,45</b>	<b>383,21</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,79</b>			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>Холодные блюда</b>							
	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
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
	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
ТТК	6775	Слива свежая Слива свежая	100	0,80	0,30	9,90	45,50

### Вторые блюда

ТТК	18300	Блинчики с молоком сгущ. Блинчики Домашние п/ф / Молоко сгущенное	135/30	8,66	12,16	46,52	330,16
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
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
469/96;516/3/04	1669	Макаронны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
Таб №24/96	11483	Каша ячневая вязкая Вода / Крупа ячневая / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,24	4,04	20,99	133,28

### 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	392	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

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
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
№769/04	342	Булочка Домашняя Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное	50	3,95	6,56	31,06	199,08

Итого: 130,00

### Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	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
ТТК	10362	Салат из крабовых палочек с капустой Салат из крабовых палочек с капустой: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота)	50	2,06	6,19	2,85	75,35
	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
ТТК	6775	Слива свежая Слива свежая	100	0,80	0,30	9,90	45,50

### 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
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
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	<b>Рис припущенный с овощами</b> 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
469/96;516/3/04	1669	<b>Макаронны отварные</b> Вода / Макаaronные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
Таб №24/96	11483	<b>Каша ячневая вязкая</b> Вода / Крупа ячневая / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,24	4,04	20,99	133,28
<b>Третьи блюда</b>							
628/96;685/200 4	259	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
<b>Хлеб</b>							
пп	17588	<b>Хлеб Городской</b> Хлеб в ассортименте	25	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	17589	<b>Хлеб Дарницкий</b> Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,53
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	17756	<b>Ватрушка Ароматная</b> 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
693/96	3529	<b>Шанежка со сметаной</b> 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
№769/04	342	<b>Булочка Домашняя</b> Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло растительное	50	3,95	6,56	31,06	199,08
<b>Итого:</b>			<b>130,00</b>				

Зав.производства Хартова Т.И.

Ответственный за качество \_\_\_\_\_ /  
СанПин 2.3/2. 559020



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

E-mail: eda0910@mail.ru