



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

МЕНЮ

на 11.09.2023

МБУ "Лицей № 19" (ул. Карла Маркса, 59)

Завтрак 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
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	45,00	11,80	12,03	10,80	198,64
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
ПП	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	2,80	2,45	0,39	15,16	73,89
Итого:			455	63,80	19,98	16,71	77,19	539,07
Итого ХЕ:					6,43			

Завтрак 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
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	45,00	11,80	12,03	10,80	198,64
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
ПП	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	2,80	2,45	0,39	15,16	73,89
Итого:			455	63,80	19,98	16,71	77,19	539,07
Итого ХЕ:					6,43			

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	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	45,00	11,80	12,03	10,80	198,64
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
ПП	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	2,80	2,45	0,39	15,16	73,89

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 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	10,00	11,18	12,32	11,46	201,39
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	45,00	11,80	12,03	10,80	198,64
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
Таб.№24/96	2391	Огурец свежий Огурец свежий	30	6,00	0,21	0,03	0,58	3,43
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
ПП	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,40	1,99	0,20	12,30	58,96
Итого:			675	79,40	30,91	28,87	86,37	728,96
Итого ХЕ:					7,20			

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 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	10,00	11,18	12,32	11,46	201,39
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	45,00	11,80	12,03	10,80	198,64
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29

Таб.№24/96	2391	Огурец свежий Огурец свежий	30	6,00	0,21	0,03	0,58	3,43
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
ПП	17588	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	25	2,40	1,99	0,20	12,30	58,96
Итого:			675	79,40	30,91	28,87	86,37	728,96
Итого ХЕ:					7,20			

Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
773/97	7201	Отвар шиповника Вода / Шиповник / Сахар песок	180	15,00	0,61	0,25	26,66	111,33
ТТК	18633	Сырная палочка Сырная палочка: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное)	75	25,00	9,52	7,34	36,59	250,49
Итого:			255	40,00	10,13	7,59	63,25	361,82
Итого ХЕ:					5,27			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
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
	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
	19883	Салат Кабачок с салатной заправкой. Салат Кабачок с салатной заправкой: (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
№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
ТТК	16879	Яйцо под соусом с капустой пек. Яйцо свежее / Капуста пекинская / Соус для детей от Злет 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
	8740	Виноград свежий Виноград свежий	60	3,70	3,70	96,10	432,50

Вторые блюда

394/96	5243	Жаркое по-домашнему из окорока Картофель п/ф / Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лавровый лист	25/125	7,55	17,70	17,58	259,82
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	19849	Котлеты Дачные Котлеты Дачные / Масло растительное	50	4,50	6,50	3,50	90,50

Гарниры и соусы

472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	2,20	3,44	14,70	98,56
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;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,26	0,11	25,88	105,55

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

№772/04	2376	Булочка Дорожная Мука в/с / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,67	7,11	28,89	194,23
№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
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

Итого: 100,00

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
ТТК	10861	Салат из моркови с изюмом и маслом растительным <small>Морковь свежая п/ф / Изюм / Сахар песок / Масло растительное</small>	50	0,62	2,54	11,33	70,66
	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
	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
№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
ТТК	16879	Яйцо под соусом с капустой пек. <small>Яйцо свежее / Капуста пекинская / Соус для детей от 3лет в асс.</small>	0,5/10/10	2,72	7,65	0,68	82,40
Таб.№24/96	9199	Дыня свежая <small>Дыня св.</small>	100	0,78	0,39	9,62	45,11
	8740	Виноград свежий <small>Виноград свежий</small>	60	3,70	3,70	96,10	432,50
Первые блюда							
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	11,18	12,32	11,46	201,39
Вторые блюда							
394/96	5243	Жаркое по-домашнему из окорока <small>Картофель п/ф / Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лавровый лист</small>	25/125	7,55	17,70	17,58	259,82
376/96	16864	Поджарка из свинины <small>Свинина б/к (карбонад) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс.</small>	30/7,5	0,24	3,52	1,20	37,39
416/96	5000	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом <small>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)</small>	50/30	8,93	8,26	9,65	148,66
ТТК	19849	Котлеты Дачные <small>Котлеты Дачные / Масло растительное</small>	50	4,50	6,50	3,50	90,50
Гарниры и соусы							
472/96	145	Картофельное пюре <small>Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная</small>	100	2,20	3,44	14,70	98,56
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные <small>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная</small>	150	5,65	4,29	36,02	205,29
Таб №24/96	11483	Каша ячневая вязкая <small>Вода / Крупа ячневая / Масло растительное / Соль йодированная</small>	150	3,24	4,04	20,99	133,28
Третьи блюда							
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром <small>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной) / Сахар песок</small>	200	1,00	0,26	14,97	66,18
Хлеб							
пп	17588	Хлеб Городской <small>Хлеб в ассортименте</small>	25	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	17589	Хлеб Дарницкий <small>Хлеб ржаной</small>	25	1,70	0,33	9,95	49,53
Мучные изделия							
№772/04	2376	Булочка Дорожная <small>Мука в/с / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная</small>	50	3,67	7,11	28,89	194,23
№775/04	278	Булочка Российская <small>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</small>	60	4,54	5,28	36,87	213,16
ТТК	14182	Трубочка слоеная в ассортименте <small>Трубочка слоеная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее</small>	35	1,64	5,74	14,41	115,86

Итого: 100,00

Зав.производства: Хартова С.И.

Ответственный за питание:
СанПиН 2.3/2.3.2



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

E-mail: eda0910@mail.ru