



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

МЕНЮ

на 29.09.2023

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 |
| 60/81 | 10818 | Салат из свежих помидоров со сладким перцем Помидор свежий / Перец болгарский / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная | 60 | 13,46 | 0,71 | 3,06 | 3,32 | 43,66 |
| 403/96 | 16889 | Плов из свинины (карбонад) Рис / Свинина б/к (карбонад) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист | 30/150 | 56,00 | 4,04 | 6,83 | 39,99 | 237,59 |
| 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 |
| пп | 17589 | Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной | 25 | 2,00 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,53 |
| Итого: | | | 490 | 78,86 | 9,44 | 10,67 | 80,53 | 455,91 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,71 | | | |

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 |
| 138/96 | 15249 | Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный; (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист | 200 | 14,00 | 11,31 | 9,48 | 15,80 | 193,72 |
| 403/96 | 16889 | Плов из свинины (карбонад) Рис / Свинина б/к (карбонад) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист | 30/150 | 56,00 | 4,04 | 6,83 | 39,99 | 237,59 |
| 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 |
| пп | 17589 | Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной | 25 | 2,00 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,53 |
| Итого: | | | 630 | 79,40 | 20,04 | 17,09 | 93,01 | 605,98 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,75 | | | |

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 |
| 138/96 | 15249 | Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный; (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист | 200 | 14,00 | 11,31 | 9,48 | 15,80 | 193,72 |
| 403/96 | 16889 | Плов из свинины (карбонад) Рис / Свинина б/к (карбонад) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист | 30/150 | 56,00 | 4,04 | 6,83 | 39,99 | 237,59 |
| 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 |
| пп | 17589 | Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной | 25 | 2,00 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,53 |
| Итого: | | | 630 | 79,40 | 20,04 | 17,09 | 93,01 | 605,98 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,75 | | | |

Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|------------|--------------|------------------|-------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| №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 |
| ТТК | 10016 | Хачапури Хачапури; (Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Вода / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная) | 75 | 33,00 | 10,67 | 9,49 | 30,54 | 250,25 |
| Итого: | | | 275 | 40,00 | 10,75 | 9,50 | 45,75 | 311,50 |
| Итого ХЕ: | | | | | 3,81 | | | |

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | |
|-----------------------|-----------|--|-------|------------------|------|----------|-------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Холодные блюда | | | | | | | |
| | 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 |
| 60/81 | 10818 | Салат из свежих помидоров со сладким перцем Помидор свежий / Перец болгарский / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная | 60 | 0,71 | 3,06 | 3,32 | 43,66 |
| 58/13 | 10909 | Салат из моркови с чесноком и соусом Салат из моркови с чесноком и соусом : (Морковь свежая п/ф / Соус для детей от Злет в асс. / Чеснок) | 60 | 0,93 | 6,08 | 3,96 | 74,28 |

| | | | | | | | |
|------------|------|--|-----|------|------|------|-------|
| 36/97 | 5934 | Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) | 50 | 0,29 | 2,52 | 1,29 | 29,00 |
| Таб.№24/96 | 9199 | Дыня свежая Дыня св. | 100 | 0,78 | 0,39 | 9,62 | 45,11 |

Вторые блюда

| | | | | | | | |
|---------------|-------|--|--------|------|-------|-------|--------|
| 403/96 | 16889 | Плов из свинины (карбонад) Рис / Свинина б/к (карбонад) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист | 30/150 | 4,04 | 6,83 | 39,99 | 237,59 |
| 416/96;451/04 | 1103 | Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная | 50 | 8,64 | 6,74 | 7,80 | 126,42 |
| 401/96 | 12778 | Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с / Томатная паста в асс. | 30/30 | 9,06 | 10,57 | 1,38 | 136,89 |
| ТТК | 19852 | Котлеты Сочные Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное | 50 | 7,50 | 7,50 | 2,50 | 107,50 |

Гарниры и соусы

| | | | | | | | |
|-------------------|-------|--|-----|------|------|-------|--------|
| 463/96,таб№4 | 1526 | Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная | 150 | 8,73 | 5,90 | 39,46 | 245,91 |
| 111/07 ДеЛи принт | 11592 | Картофель тушеный с луком и томатом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная | 150 | 3,42 | 3,87 | 26,64 | 155,07 |
| 469/96 | 15763 | Спагетти (макаронны) отварные Спагетти (макаронны) / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 5,60 | 5,66 | 35,88 | 216,84 |

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 |
| 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

| | | | | | | | |
|---------|-------|--|----|------|------|-------|--------|
| ТТК | 17270 | Языки слоеные Тесто слоеное пресное / Сахар песок | 50 | 4,05 | 9,96 | 30,59 | 228,18 |
| №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 | 971 | Шанежка с картофелем Тесто дрожжевое для пирогов: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Картофель п/ф // Соль йодированная / Мука в/с / Масло растительное | 75 | 5,14 | 4,44 | 31,46 | 186,36 |

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 | | | | | | | |
| | 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 |
| 60/81 | 10818 | Салат из свежих помидоров со сладким перцем Помидор свежий / Перец болгарский / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная | 60 | 0,71 | 3,06 | 3,32 | 43,66 |
| 58/13 | 10909 | Салат из моркови с чесноком и соусом Салат из моркови с чесноком и соусом : (Морковь свежая п/ф / Соус для детей от Злет в асс. / Чеснок) | 60 | 0,93 | 6,08 | 3,96 | 74,28 |
| 36/97 | 5934 | Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) | 50 | 0,29 | 2,52 | 1,29 | 29,00 |
| Таб.№24/96 | 9199 | Дыня свежая Дыня св. | 100 | 0,78 | 0,39 | 9,62 | 45,11 |

Первые блюда

| | | | | | | | |
|--------|-------|--|-----|-------|------|-------|--------|
| 138/96 | 15249 | Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист | 200 | 11,31 | 9,48 | 15,80 | 193,72 |
|--------|-------|--|-----|-------|------|-------|--------|

Вторые блюда

| | | | | | | | |
|---------------|-------|--|--------|------|-------|-------|--------|
| 403/96 | 16889 | Плов из свинины (карбонад) Рис / Свинина б/к (карбонад) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист | 30/150 | 4,04 | 6,83 | 39,99 | 237,59 |
| 416/96;451/04 | 1103 | Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная | 50 | 8,64 | 6,74 | 7,80 | 126,42 |
| 401/96 | 12778 | Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с / Томатная паста в асс. | 30/30 | 9,06 | 10,57 | 1,38 | 136,89 |
| ТТК | 19852 | Котлеты Сочные Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное | 50 | 7,50 | 7,50 | 2,50 | 107,50 |

Гарниры и соусы

| | | | | | | | |
|--------|-------|--|-----|------|------|-------|--------|
| 469/96 | 15763 | Спагетти (макаронны) отварные Спагетти (макаронны) / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 5,60 | 5,66 | 35,88 | 216,84 |
|--------|-------|--|-----|------|------|-------|--------|

| | | | | | | | |
|-----------------------|-------|--|---------------|------|------|-------|--------|
| 255/96, таб№4 | 139 | Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная | 100 | 5,85 | 4,06 | 26,43 | 165,66 |
| 111/07 ДеЛи принт | 14066 | Картофель тушеный с луком и томатом Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная | 100 | 2,28 | 2,38 | 17,78 | 101,66 |
| 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 | 17270 | Языки слоеные Тесто слоеное пресное / Сахар песок | 50 | 4,05 | 9,96 | 30,59 | 228,18 |
| №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 | 971 | Шанежка с картофелем Тесто дрожжевое для пирогов: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Картофель п/ф // Соль йодированная / Мука в/с / Масло растительное | 75 | 5,14 | 4,44 | 31,46 | 186,36 |
| Итого: | | | 100,00 | | | | |

Зав.производства: Картова С.И.

Ответственный за питание: _____ /
СанПин 2.3/2.3.9.000



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

E-mail: eda0910@mail.ru