



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

МЕНЮ

на 05.09.2023

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 рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	37,00	8,64	6,74	7,80	126,42
469/96;516/3/04	1669	Макаронны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
Таб.№24/96	2523	Помидор свежий Помидор свежий	30	6,00	0,34	0,06	1,16	6,54
Таб.№24/96	1044	Огурец свежий Огурец свежий	35	6,00	0,25	0,04	0,68	4,08
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	13984	Батон в ассортименте Батон	40	4,86	3,00	1,16	20,56	104,68
№772/04	2376	Булочка Дорожная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло сливочное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное	50	11,00	3,67	7,11	28,89	194,23
Итого:			555	78,86	22,55	19,66	110,08	707,42
Итого ХЕ:					9,17			

Витаминизация (завтрак)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	8952	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	110	18,01	1,65	0,55	23,10	103,95
Итого:			110	18,01	1,65	0,55	23,10	103,95
Итого ХЕ:					1,93			

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
№ 174/97	8634	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Крупа пшено / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор)	200	13,00	1,82	4,16	11,06	88,96
ТТК	19852	Котлеты Сочные Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное	50	40,00	7,50	7,50	2,50	107,50
460/2013 Самар.обл.	10815	Рис отварной с овощами Рис / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Соль йодированная 1	100	9,00	2,48	3,61	24,74	141,37
ТТК	13514	Чай ягодный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода	200	7,00	0,14	0,05	12,95	52,81
ПП	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,40	2,45	0,39	15,16	73,89
№ 107/08 Муч.	2371	Булочка Ванильная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Ванилин / Яйцо свежее / Яйцо свежее	50	7,00	4,15	3,90	29,51	169,74
Итого:			635	79,40	18,54	19,61	95,92	634,27
Итого ХЕ:					7,99			

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
№ 174/97	8634	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Крупа пшено / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Лавровый лист / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор)	200	13,00	1,82	4,16	11,06	88,96
ТТК	19852	Котлеты Сочные Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное	50	40,00	7,50	7,50	2,50	107,50
460/2013 Самар.обл.	10815	Рис отварной с овощами Рис / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Соль йодированная 1	100	9,00	2,48	3,61	24,74	141,37
ТТК	13514	Чай ягодный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода	200	7,00	0,14	0,05	12,95	52,81
ПП	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,40	2,45	0,39	15,16	73,89
№ 107/08 Муч.	2371	Булочка Ванильная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Ванилин / Яйцо свежее / Яйцо свежее	50	7,00	4,15	3,90	29,51	169,74
Итого:			635	79,40	18,54	19,61	95,92	634,27
Итого ХЕ:					7,99			

Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	18633	Сырная палочка Сырная палочка: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода / Сыр / Яйцо свежее / Масло растительное)	75	25,00	9,52	7,34	36,59	250,49
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
Таб.№24/96	8612	Десерт фруктовый (арбуз) Арбуз св.	150	10,00	1,04	0,17	10,09	46,05
Итого:			425	40,00	11,56	7,77	61,65	362,72
Итого ХЕ:					5,14			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
60/81	10818	Салат из свежих помидоров со сладким перцем Лук репчатый п/ф / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота / Вода) / Помидор свежий / Перец болгарский / Соль йодированная 1	60	0,71	3,06	3,32	43,66
ТТК	13877	Салат Баклажанчик с салат.запр Салат Баклажанчик с салат.запр(свежие): (Баклажаны / Масло растительное / Чеснок / Мука в/с / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная 1 / Лимонная кислота / Вода))	50	1,03	4,01	4,81	59,45
49/2013	8088	Салат "Ароматный" Салат Ароматный: (Огурец свежий / Капуста свежая п/ф очищ. / Лимонная кислота / Масло растительное / Вода / Лук репчатый п/ф)	60	0,77	6,00	2,06	65,32
58/13	10909	Салат из моркови с чесноком и соусом Салат из моркови с чесноком и соусом : (Морковь свежая п/ф / Чеснок / Соус для детей от Злет в асс.)	60	0,93	6,08	3,96	74,28
Таб.№24/96	9406	Десерт фруктовый (арбуз) Арбуз св.	200	13,30	2,20	128,80	588,20
	8740	Виноград свежий Виноград свежий	60	3,70	3,70	96,10	432,50

Вторые блюда

ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей,с маслом Пельмени "МБ" с курицей Кроха / Лавровый лист / Масло сливочное / Соль йодированная 1	150	20,21	13,70	34,41	342,00
461/96;500/04	14076	Биточки рубленные из цыплят с соусом Филе куриное зам. / Хлеб в ассортименте / Молоко / Масло растительное / Масло сливочное / Соус молочный (к блюдам): (Молоко / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Вода / Соль йодированная 1)	50/30	7,27	10,04	11,70	166,24
401/96	9802	Гуляш из говядины Говядина от лопаточной части кг / Масло растительное / Лук репчатый / Мука в/с / Томатная паста в асс. / Соль йодированная 1 / Перец черный молотый	30/30	9,76	7,65	1,74	114,85
ТТК	19850	Котлеты Крестьянские (с мясом индейки) Масло растительное / Котлеты Крестьянские(с мясом индейки) Дана	50		3,00		26,97
487/04	8934	Цыпленка запеченные Цыпленка бройлер. 1кат. / Масло растительное / Соль йодированная 1	50	11,78	12,12		156,20

Гарниры и соусы

317,529/97	1702	Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная 1	150	16,83	4,79	35,18	251,15
469/96;516/3/04	1669	Макаронные изделия Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
255/96, таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая / Соль йодированная 1 / Вода / Масло сливочное	100	5,85	4,06	26,43	165,66

Третьи блюда

628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
698/97	15346	Компот из яблок (местное) Яблоко свежее местное / Вода / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,18	0,18	28,36	115,79

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	2316	Рожок обсыпной Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная 1 / Сахар песок / Яйцо свежее / Масло растительное / Масло сливочное	50	4,04	3,38	29,56	164,82
№ 107/08 Муч.	2371	Булочка Ванильная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Ванилин / Яйцо свежее / Яйцо свежее	50	4,15	3,90	29,51	169,74
ТТК	18357	Пряники в асс. 27г. Пряники в асс.	27	1,35	1,49	20,20	99,61

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							

