



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

## МЕНЮ

на 03.02.2024

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

### Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование   | Выход гр.  | Цена руб.    | Пищевая ценность |              |               |                 |
|------------------|-----------|--|------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-----------------|
|                  |           |  |            |              | Белки            | Жиры         | Углеводы      | Ккалл           |
| 682/96           | 5550      | Оладьи со сгущенным молоком<br>Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное               | 200/40     | 52,00        | 19,48            | 20,06        | 111,10        | 702,86          |
| 698/97           | 2027      | Компот из груш<br>Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота  | 200        | 21,00        | 0,18             | 0,13         | 28,53         | 116,01          |
| 769/04           | 19950     | Булочка Домашняя<br>Булочка Домашняя: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная) | 75         | 13,75        | 5,90             | 9,68         | 46,31         | 295,91          |
| <b>Итого:</b>    |           |  | <b>515</b> | <b>86,75</b> | <b>25,56</b>     | <b>29,87</b> | <b>185,94</b> | <b>1 114,78</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |  |            |              | <b>15,49</b>     |              |               |                 |

### Обед

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование   | Выход гр.  | Цена руб.    | Пищевая ценность |              |              |               |
|------------------|-----------|--|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
|                  |           |  |            |              | Белки            | Жиры         | Углеводы     | Ккалл         |
| 151/94           | 6063      | Суп лапша домашняя с цыплятами<br>Суп лапша домашняя: ( Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист) / Цыплята бройлер. 1кат. | 25/200     | 25,00        | 8,32             | 9,70         | 12,02        | 168,66        |
| 416/96           | 9868      | Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая<br>Свинина б/к (окорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная   | 50         | 38,00        | 6,54             | 13,45        | 7,80         | 178,41        |
| 469/96;516/3/04  | 1669      | Макаронные изделия<br>Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная   | 150        | 9,00         | 5,65             | 4,29         | 36,02        | 205,29        |
| №629/96          | 264       | Чай лимонный<br>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<br>Хлеб в ассортименте  | 35         | 3,60         | 2,45             | 0,39         | 15,16        | 73,89         |
| <b>Итого:</b>    |           |  | <b>660</b> | <b>82,60</b> | <b>23,04</b>     | <b>27,84</b> | <b>86,21</b> | <b>687,50</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |  |            |              | <b>7,18</b>      |              |              |               |

### Обед для учащихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование   | Выход гр.  | Цена руб.     | Пищевая ценность |              |               |               |
|------------------|-----------|--|------------|---------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
|                  |           |  |            |               | Белки            | Жиры         | Углеводы      | Ккалл         |
| 151/94           | 6063      | Суп лапша домашняя с цыплятами<br>Суп лапша домашняя: ( Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист) / Цыплята бройлер. 1кат. | 25/200     | 25,00         | 8,32             | 9,70         | 12,02         | 168,66        |
| 416/96           | 9868      | Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая<br>Свинина б/к (окорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная   | 50         | 38,00         | 6,54             | 13,45        | 7,80          | 178,41        |
| 469/96;516/3/04  | 1669      | Макаронные изделия<br>Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная   | 150        | 9,00          | 5,65             | 4,29         | 36,02         | 205,29        |
| №629/96          | 264       | Чай лимонный<br>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<br>Хлеб в ассортименте  | 35         | 3,60          | 2,45             | 0,39         | 15,16         | 73,89         |
| Таб.№24/96       | 15059     | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая   | 170        | 38,86         | 0,68             | 0,51         | 17,51         | 77,35         |
| <b>Итого:</b>    |           |  | <b>830</b> | <b>121,46</b> | <b>23,72</b>     | <b>28,35</b> | <b>103,72</b> | <b>764,85</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |  |            |               | <b>8,64</b>      |              |               |               |

### Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептов      | Код блюда | Наименование   | Выход  | Пищевая ценность |       |          |        |
|-----------------------|-----------|--|--------|------------------|-------|----------|--------|
|                       |           |  |        | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| <b>Холодные блюда</b> |           |  |        |                  |       |          |        |
| 43/97                 | 7239      | Салат "Степной"<br>Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Соус в ассортименте   | 100    | 2,05             | 6,88  | 9,06     | 106,36 |
| ТТК                   | 10362     | Салат из крабовых палочек с капустой<br>Салат из крабовых палочек с капустой: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Крабовые палочки / Соус в ассортименте / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота) | 50     | 2,06             | 6,19  | 2,85     | 75,35  |
| ТТК                   | 7663      | Салат из моркови с сахаром<br>Морковь свежая п/ф / Сахар песок   | 100    | 1,25             | 0,10  | 11,71    | 52,74  |
| Таб.№24/96            | 13089     | Десерт фруктовый (киви)<br>Киви  | 80     | 0,64             | 0,32  | 6,48     | 31,36  |
| <b>Вторые блюда</b>   |           |  |        |                  |       |          |        |
| 682/96                | 5550      | Оладьи со сгущенным молоком<br>Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко сгущенное / Масло растительное   | 200/40 | 19,48            | 20,06 | 111,10   | 702,86 |
| ТТК                   | 6900      | Поджарка из свинины<br>Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист  | 40/10  | 8,81             | 25,69 | 1,81     | 273,69 |
| 416/96                | 17305     | Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая<br>Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая: (Свинина б/к (окорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная)                        | 75     | 9,81             | 20,18 | 11,70    | 267,62 |

### Гарниры и соусы

|                       |       |   |     |      |      |       |        |
|-----------------------|-------|---|-----|------|------|-------|--------|
| 460/2013 Самар. обл.  | 6069  | <b>Рис отварной с овощами</b><br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная   | 150 | 3,72 | 5,51 | 37,12 | 212,90 |
| 469/96;516/3/04       | 1669  | <b>Макаронны отварные</b><br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная   | 150 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |
| <b>Третьи блюда</b>   |       |   |     |      |      |       |        |
| 628/96;685/2004       | 259   | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок   | 200 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18  |
| 698/97                | 2027  | <b>Компот из груш</b><br>Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота  | 200 | 0,18 | 0,13 | 28,53 | 116,01 |
| <b>Хлеб</b>           |       |   |     |      |      |       |        |
| пп                    | 17588 | <b>Хлеб Городской</b><br>Хлеб в ассортименте  | 25  | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96  |
| пп                    | 17589 | <b>Хлеб Дарницкий</b><br>Хлеб ржаной  | 25  | 1,70 | 0,33 | 9,95  | 49,53  |
| <b>Мучные изделия</b> |       |   |     |      |      |       |        |
| ТТК                   | 14099 | <b>Бисквит</b><br>Бисквит: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Масло растительное / Сахарная пудра)   | 50  | 3,18 | 1,54 | 30,10 | 146,98 |
| 769/04                | 19950 | <b>Булочка Домашняя</b><br>Булочка Домашняя: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная) | 75  | 5,90 | 9,68 | 46,31 | 295,91 |

**Итого: 130,00**

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

| Сборник рецептов      | Код блюда | Наименование   | Выход | Пищевая ценность |      |          |        |
|-----------------------|-----------|--|-------|------------------|------|----------|--------|
|                       |           |  |       | Белки            | Жиры | Углеводы | Ккалл  |
| <b>Холодные блюда</b> |           |  |       |                  |      |          |        |
| 43/97                 | 7239      | <b>Салат "Степной "</b><br>Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Соус в ассортименте   | 100   | 2,05             | 6,88 | 9,06     | 106,36 |
| ТТК                   | 10362     | <b>Салат из крабовых палочек с капустой</b><br>Салат из крабовых палочек с капустой: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф / Соус / Крабовые палочки / Соус в ассортименте / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота) | 50    | 2,06             | 6,19 | 2,85     | 75,35  |
| ТТК                   | 7663      | <b>Салат из моркови с сахаром</b><br>Морковь свежая п/ф / Сахар песок  | 100   | 1,25             | 0,10 | 11,71    | 52,74  |
| Таб.№24/96            | 13089     | <b>Десерт фруктовый (киви)</b><br>Киви   | 80    | 0,64             | 0,32 | 6,48     | 31,36  |

**Первые блюда**

|        |      |  |        |      |      |       |        |
|--------|------|--|--------|------|------|-------|--------|
| 151/94 | 6063 | <b>Суп лапша домашняя с цыплятами</b><br>Суп лапша домашняя: ( Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Соль йодированная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист) / Цыпленок бройлер. 1кат. | 25/200 | 8,32 | 9,70 | 12,02 | 168,66 |
|--------|------|--|--------|------|------|-------|--------|

**Вторые блюда**

|        |       |  |        |       |       |        |        |
|--------|-------|--|--------|-------|-------|--------|--------|
| 682/96 | 5550  | <b>Оладьи со гущенным молоком</b><br>Тесто для оладий: (Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Кукуруза консервированная / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Молоко гущенное / Масло растительное      | 200/40 | 19,48 | 20,06 | 111,10 | 702,86 |
| ТТК    | 6900  | <b>Поджарка из свинины</b><br>Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист   | 40/10  | 8,81  | 25,69 | 1,81   | 273,69 |
| 416/96 | 17305 | <b>Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая</b><br>Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая: (Свинина б/к (окорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) | 75     | 9,81  | 20,18 | 11,70  | 267,62 |

**Гарниры и соусы**

|                      |      |   |     |      |      |       |        |
|----------------------|------|---|-----|------|------|-------|--------|
| 460/2013 Самар. обл. | 6069 | <b>Рис отварной с овощами</b><br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 3,72 | 5,51 | 37,12 | 212,90 |
| 469/96;516/3/04      | 1669 | <b>Макаронны отварные</b><br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная                         | 150 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |

**Третьи блюда**

|                 |     |   |     |      |      |       |       |
|-----------------|-----|---|-----|------|------|-------|-------|
| 628/96;685/2004 | 259 | <b>Чай с сахаром</b><br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
|-----------------|-----|---|-----|------|------|-------|-------|

**Хлеб**

|    |       |  |    |      |      |       |       |
|----|-------|--|----|------|------|-------|-------|
| пп | 17588 | <b>Хлеб Городской</b><br>Хлеб в ассортименте | 25 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 |
| пп | 17589 | <b>Хлеб Дарницкий</b><br>Хлеб ржаной         | 25 | 1,70 | 0,33 | 9,95  | 49,53 |

**Мучные изделия**

|        |       |   |    |      |      |       |        |
|--------|-------|---|----|------|------|-------|--------|
| ТТК    | 14099 | <b>Бисквит</b><br>Бисквит: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Масло растительное / Сахарная пудра)   | 50 | 3,18 | 1,54 | 30,10 | 146,98 |
| 769/04 | 19950 | <b>Булочка Домашняя</b><br>Булочка Домашняя: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная) | 75 | 5,90 | 9,68 | 46,31 | 295,91 |

**Итого: 130,00**

Зав.производство: Хартова Т.И.

Ответственный за питание  
СанПиН 2.3/2.6.3596-20



Россия, 445043, Самарская обл., г.Самара, ул.Юности, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru