



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

## МЕНЮ

на 16.01.2024

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
401/96	11664	Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная	40/40	52,00	12,20	14,10	2,54	185,86
469/96	137	Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	100	6,00	3,73	3,94	23,93	146,12
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	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,40	2,45	0,39	15,16	73,89
<b>Итого:</b>			<b>415</b>	<b>66,40</b>	<b>19,38</b>	<b>18,68</b>	<b>56,60</b>	<b>472,04</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>4,72</b>			

### Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
401/96	11664	Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная	40/40	52,00	12,20	14,10	2,54	185,86
469/96	137	Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	100	6,00	3,73	3,94	23,93	146,12
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	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,40	2,45	0,39	15,16	73,89
<b>Итого:</b>			<b>415</b>	<b>66,40</b>	<b>19,38</b>	<b>18,68</b>	<b>56,60</b>	<b>472,04</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>4,72</b>			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
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 в ассортименте / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота)	50	20,35	2,06	6,19	2,85	75,35
401/96	11664	Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная	40/40	52,00	12,20	14,10	2,54	185,86
469/96	137	Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	100	6,00	3,73	3,94	23,93	146,12
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	17037	Хлеб Городской Хлеб в ассортименте	35	3,40	2,45	0,39	15,16	73,89
<b>Итого:</b>			<b>465</b>	<b>86,75</b>	<b>21,44</b>	<b>24,87</b>	<b>59,45</b>	<b>547,39</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>4,95</b>			

### 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
	15856	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне с соусом Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне: (Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте	200/10	24,00	9,11	14,76	14,20	226,03
ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей, с маслом Пельмени "МБ" с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	48,00	20,21	13,70	34,41	342,00
№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	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	17589	Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной	25	1,60	1,70	0,33	9,95	49,53
<b>Итого:</b>			<b>610</b>	<b>82,60</b>	<b>33,09</b>	<b>28,99</b>	<b>86,07</b>	<b>737,76</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,17</b>			

### 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
	15856	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне с соусом Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне: (Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте	200/10	24,00	9,11	14,76	14,20	226,03
ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей, с маслом Пельмени "МБ" с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	48,00	20,21	13,70	34,41	342,00
№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	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	17589	Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной	25	1,60	1,70	0,33	9,95	49,53

**Итого:** 610 82,60 33,09 28,99 86,07 737,76  
**Итого ХЕ:** 7,17

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	15856	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне с соусом Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне: (Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте	200/10	24,00	9,11	14,76	14,20	226,03
ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей, с маслом Пельмени "МБ" с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	48,00	20,21	13,70	34,41	342,00
№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	2,00	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	17589	Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной	25	1,60	1,70	0,33	9,95	49,53
Таб.№24/96	8187	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	135	38,86	0,54	0,41	13,91	61,49

**Итого:** 745 121,46 33,63 29,40 99,98 799,25  
**Итого ХЕ:** 8,33

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	19744	Мясное кулинарное изделие запеченное в тесте Яйцо свежее / Мука в/с / Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	25/50	26,00	7,44	7,76	29,95	219,40
646/96;699/2004	267	Напиток из лимона Вода / Сахар песок / Лимон свежий	200	11,00	0,14	0,02	24,43	98,46
	9349	Мармелад в асс. Мармелад в асс.	15	4,60	0,01	0,02	11,39	45,74

**Итого:** 290 41,60 7,59 7,80 65,77 363,60  
**Итого ХЕ:** 5,48

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
ТТК	14269	Салат из пекинской капусты с зел.горошком и луком Яйцо свежее / Капуста пекинская / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная	50	1,95	5,22	2,29	63,97
58/13	7352	Салат из моркови с чесноком и соусом Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте / Чеснок	100	1,55	10,14	6,60	123,86
Сб.рец.Москва 2022г.	20006	Салат Оливье с ветчиной Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте / Зелень)	50	1,44	2,54	2,68	39,35
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 в ассортименте / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота)	50	2,06	6,19	2,85	75,35
Таб.№24/96	12720	Десерт фруктовый (киви) Киви	90	0,72	0,36	7,29	35,28
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80

**Вторые блюда**

ТТК	19353	Пельмени отварные с курицей, с маслом Пельмени отварные с курицей, с маслом : (Пельмени "МБ" с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист)	200	22,45	15,51	38,22	382,34
416/96	17305	Котлета рубленая из свинины (окоорока) запеченая Котлета рубленая из свинины (окоорока) запеченая: (Свинина б/к (окоорок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная)	75	9,81	20,18	11,70	267,62
436/96	15458	Цыплята запеченные Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное	75	17,67	18,21		234,59
401/96	11664	Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная	40/40	12,20	14,10	2,54	185,86
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти	50	5,61	9,69	1,02	113,73

**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
469/96	15763	Спагетти (макарон) отварные Спагетти (макарон) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
317,529/97	1702	Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная	150	16,83	4,79	35,18	251,15

**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
698/97	2027	Компот из груш Груша свежая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,18	0,13	28,53	116,01

**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 / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	4,04	3,38	29,56	164,82
ТТК	14056	Бантик с начинкой в ассортименте Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Начинка термост.Веста в асс. / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Масло сливочное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное	50	3,90	3,60	28,74	162,96
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:** 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>							
ТТК	14269	Салат из пекинской капусты с зел.горошком и луком Яйцо свежее / Капуста пекинская / Горошек зеленый консервированный / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная	50	1,95	5,22	2,29	63,97
58/13	7352	Салат из моркови с чесноком и соусом Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте / Чеснок	100	1,55	10,14	6,60	123,86
Сб.рец.Москва 2022г.	20006	Салат Оливье с ветчиной Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте / Зелень)	50	1,44	2,54	2,68	39,35
ТТК	10362	Салат из крабовых палочек с капустой Салат из крабовых палочек с капустой: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Капуста свежая п/ф очист. / Крабовые палочки / Соус в ассортименте / Лук репчатый п/ф / Вода / Лимонная кислота)	50	2,06	6,19	2,85	75,35
Таб.№24/96	12720	Десерт фруктовый (киви) Киви	90	0,72	0,36	7,29	35,28
Таб.24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	100	0,90	0,20	8,10	37,80

**Первые блюда**

129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист	200	8,93	9,76	13,90	179,15
--------	-------	---	-----	------	------	-------	--------

**Вторые блюда**

ТТК	19353	Пельмени отварные с курицей,с маслом Пельмени отварные с курицей,с маслом : (Пельмени "МБ" с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист)	200	22,45	15,51	38,22	382,34
416/96	17305	Котлета рубленая из свинины (околока) запеченая Котлета рубленая из свинины (околока) запеченая: (Свинина б/к (околок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная)	75	9,81	20,18	11,70	267,62
436/96	15458	Цыплята запеченные Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное	75	17,67	18,21		234,59
401/96	11664	Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная	40/40	12,20	14,10	2,54	185,86
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти	50	5,61	9,69	1,02	113,73

**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
469/96	15763	Спагетти (макарон) отварные Спагетти (макарон) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
317,529/97	1702	Гороховое пюре Горох / Масло растительное / Соль йодированная	150	16,83	4,79	35,18	251,15

**Третьи блюда**

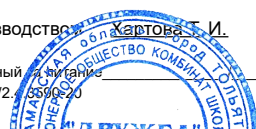
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
---------------------	-----	--	-----	------	------	-------	-------

**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	2316	Рожок обсыпной Мука в/с / Яйцо свежее / Сахар песок / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	4,04	3,38	29,56	164,82
ТТК	14056	Бантик с начинкой в ассортименте Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Начинка термост.Веста в асс. / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Масло сливочное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное	50	3,90	3,60	28,74	162,96
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:** 130,00Зав.производство Куртова С.И.Ответственный  
СанПиН 2.3/2.1.3596-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru