



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

## МЕНЮ

на 08.12.2023

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
№405/2004	13596	Салат из свежей и морской капусты Капуста свежая п/ф очищ. / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Капуста морская (сушеная) / Лимонная кислота	100	19,47	1,45	5,03	8,70	85,87
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
№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
№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	12,00	4,54	5,28	36,87	213,16
<b>Итого:</b>			<b>565</b>	<b>96,87</b>	<b>12,10</b>	<b>17,35</b>	<b>113,07</b>	<b>656,83</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>9,42</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
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
№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
<b>Итого:</b>			<b>605</b>	<b>79,40</b>	<b>17,42</b>	<b>16,52</b>	<b>83,30</b>	<b>551,53</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,94</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
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
№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
<b>Итого:</b>			<b>605</b>	<b>79,40</b>	<b>17,42</b>	<b>16,52</b>	<b>83,30</b>	<b>551,53</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,94</b>			

**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
<b>Итого:</b>			<b>275</b>	<b>40,00</b>	<b>10,75</b>	<b>9,50</b>	<b>45,75</b>	<b>311,50</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>3,81</b>			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
№405/2004	13596	Салат из свежей и морской капусты Капуста свежая п/ф очищ. / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Капуста морская (сушеная) / Лимонная кислота	100	1,45	5,03	8,70	85,87
Сб.рец. Москва 2022г.	20030	Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.) Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.): (Лапша Фунчоза / Огурец свежий / Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжута в асс. / Соль йодированная)	75	0,13	4,13	0,44	39,51
Сб.рец.Москва 2022г.	2012	Салат Влажский с ветчиной Салат Влажский с ветчиной: (Яйцо свежее / Картофель п/ф / Соус в ассортименте / Огурцы соленые / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Яблоко свежее / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень)	50	1,22	5,87	2,75	68,73
ТТК	12504	Салат из моркови с изюмом и маслом растительным Морковь свежая п/ф / Изюм / Сахар песок / Масло растительное	100	12,30	50,80	226,70	1 413,20

Таб.№24/96	3378	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00
<b>Вторые блюда</b>							
403/96	19936	Плов из свинины (карбонад) Свинина б/к (карбонад) / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	4,04	6,83	39,99	237,59
439/96	2028	Цыплята отварные Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист	75	17,43	14,98	0,21	205,38
401/96	18931	Гуляш из цыплят в томатном соусе Котлетное мясо птицы / Вода / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Сахар песок	40/40	10,88	8,89	2,65	134,11
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
ТТК	17748	Рулет Галантин с сыром Рулет Галантин с сыром п/ф	50	11,41	9,98	0,50	137,45
ТТК	19743	Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное Изделие кулинарное мясное "Крокетбол" / Томатная паста в асс. / Соус для детей в асс.	50	7,04	19,80	0,19	207,12

<b>Гарниры и соусы</b>							
472/96	549	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
469/96	15763	Спагетти (макарон) отварные Спагетти (макарон) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
463/96, таб№4	1526	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91

<b>Третьи блюда</b>							
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 / Сахарная кислота	200	0,26	0,11	25,88	105,55

<b>Хлеб</b>							
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

<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	19340	Слойка дрожжевая с творогом Тесто слоеное дрожжевое п/ф / (Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Мука в/с / Ванилин) / Мука в/с	75	3,84	1,88	3,12	44,79
ТТК	7193	Хачапури Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50	7,11	6,32	20,36	166,76
ТТК	19748	Пицца Школьная с мясом прессованным Мука в/с / Вода / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Сыр / Огурцы соленые / Соус в ассортименте / Масло растительное / Сахар песок / Томатная паста в асс. / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	3,97	5,33	17,58	134,20

**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>							
№405/2004	13596	Салат из свежей и морской капусты Капуста свежая п/ф очич. / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Капуста морская (сушеная) / Лимонная кислота	100	1,45	5,03	8,70	85,87
Сб.рец. Москва 2022г.	20030	Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.) Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.): (Лепша Фунчоза / Огурец свежий / Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжута в асс. / Соль йодированная)	75	0,13	4,13	0,44	39,51
Сб.рец.Москва 2022г.	2012	Салат Влажский с ветчиной Салат Влажский с ветчиной: (Яйцо свежее / Картофель п/ф / Соус в ассортименте / Огурцы соленые / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Яблоко свежее / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень)	50	1,22	5,87	2,75	68,73
ТТК	12504	Салат из моркови с изюмом и маслом растительным Морковь свежая п/ф / Изюм / Сахар песок / Масло растительное	100	12,30	50,80	226,70	1 413,20
Таб.№24/96	3378	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00

<b>Первые блюда</b>							
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

<b>Вторые блюда</b>							
403/96	19936	Плов из свинины (карбонад) Свинина б/к (карбонад) / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/150	4,04	6,83	39,99	237,59
439/96	2028	Цыплята отварные Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист	75	17,43	14,98	0,21	205,38
401/96	18931	Гуляш из цыплят в томатном соусе Котлетное мясо птицы / Вода / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Сахар песок	40/40	10,88	8,89	2,65	134,11
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
ТТК	17748	Рулет Галантин с сыром Рулет Галантин с сыром п/ф	50	11,41	9,98	0,50	137,45
ТТК	19743	Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное Изделие кулинарное мясное "Крокетбол" / Томатная паста в асс. / Соус для детей в асс.	50	7,04	19,80	0,19	207,12

**Гарниры и соусы**

472/96	549	<b>Картофельное пюре</b> Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	150	3,30	4,98	22,06	146,26
469/96	15763	<b>Спагетти (макароны) отварные</b> Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
463/96, табл №4	1526	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	150	8,73	5,90	39,46	245,91

**Третьи блюда**

628/96;685/200 4	259	<b>Чай с сахаром</b> 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> Хлеб в ассортименте	25	1,99	0,20	12,30	58,96
пп	17589	<b>Хлеб Дарницкий</b> Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,53

**Мучные изделия**

ТТК	19340	<b>Слойка дрожжевая с творогом</b> Тесто слоеное дрожжевое п/ф / : (Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Мука в/с / Ванилин) / Мука в/с	75	3,84	1,88	3,12	44,79
ТТК	7193	<b>Хачапури</b> Яйцо свежее / Мука в/с / Сыр / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная	50	7,11	6,32	20,36	166,76
ТТК	19748	<b>Пицца Школьная с мясом прессованным</b> Мука в/с / Вода / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Сыр / Огурцы соленые / Соус в ассортименте / Масло растительное / Сахар песок / Томатная паста в асс. / Дрожжи прессованные / Соль йодированная	50	3,97	5,33	17,58	134,20

**Итого: 130,00**Зав.производства Хартова Т.И.Ответственный Хартова Т.И.  
СанПин 2.3/2-859020

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

E-mail: eda0910@mail.ru