



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

МЕНЮ

на 12.03.2024

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
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	Макароны отварные Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	100	6,00	3,73	3,94	23,93	146,12
628/96г.	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
Таб.№24/96	7056	Десерт фруктовый (мандарин) Мандарины свежие	110	20,35	0,88	0,22	8,25	38,50
Итого:			525	86,75	20,26	18,90	64,85	510,54
Итого ХЕ:					5,40			

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
	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 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
	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 рецептов	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	5978	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	180	38,86	1,62	0,36	14,58	68,04
Итого:			790	121,46	34,71	29,35	100,65	805,80
Итого ХЕ:					8,39			

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	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;699/200 4	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
Холодные блюда							
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
№40/97	6449	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф)	50	0,48	2,56	2,27	34,04
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
Сб.рец. Москва 2022г	20031	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)	50	0,09	2,76	0,30	26,34
Таб.№24/96	2549	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	100	1,50	0,50	21,00	94,50

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
Москва 2022г.	20135	Макаронные отварные с мясом прессованным и томатом Макаронные отварные с мясом прессованным и томатом : (Спагетти (макаронные) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр / Томатная паста в асс. / Зелень / Чеснок / Соль йодированная)	200	8,22	10,60	43,05	300,53
416/96	17305	Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая 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
436/96	15458	Цыпленок запеченный Цыпленок 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 (макаронные) отварные Спагетти (макаронные) / 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

628/96г.	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

№772/04	2376	Булочка Дорожная Мука в/с / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,67	7,11	28,89	194,23
ТТК	8986	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	30	3,81	2,94	14,64	100,26
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 рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
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
№40/97	6449	Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой Салат из свежих огурцов и помидоров с салатной заправкой: (Помидор свежий / Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф)	50	0,48	2,56	2,27	34,04

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
Сб.рец. Москва 2022г	20031	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)	50	0,09	2,76	0,30	26,34
Таб.№24/96	2549	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	100	1,50	0,50	21,00	94,50

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
Москва 2022г.	20135	Макароны отварные с мясом прессованным и томатом Макароны отварные с мясом прессованным и томатом : (Спагетти (макароны) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сыр / Томатная паста в асс. / Зелень / Чеснок / Соль йодированная)	200	8,22	10,60	43,05	300,53
416/96	17305	Котлета рубленая из свинины (окорока) запеченая 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
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 (макароны) отварные Спагетти (макароны) / 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

628/96г.	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

№772/04	2376	Булочка Дорожная Мука в/с / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,67	7,11	28,89	194,23
ТТК	8986	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	30	3,81	2,94	14,64	100,26
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 4г. / Яйцо свежее	35	1,64	5,74	14,41	115,86

Итого: 130,00

Зав.производства Хартова С. И.

Ответственный за питание
СанПиН 2.3/2.1.3596-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru