



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

МЕНЮ

на 21.11.2023

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
ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей, с маслом <small>Пельмени "МБ" с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист</small>	150	48,00	20,21	13,70	34,41	342,00
Таб. №24/96	1888	Огурец солёный <small>Огурцы соленые</small>	20	3,47	0,16	0,02	0,34	2,18
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром <small>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок</small>	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
пп	17588	Хлеб Городской <small>Хлеб в ассортименте</small>	25	2,40	1,99	0,20	12,30	58,96
Таб. №24/96	12526	Десерт фруктовый (киви) <small>Киви</small>	150	38,00	1,20	0,60	12,15	58,80
Итого:			545	96,87	24,56	14,78	74,17	528,12
Итого ХЕ:					6,18			

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 <small>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</small>	200/10	24,00	9,11	14,76	14,20	226,03
ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей, с маслом <small>Пельмени "МБ" с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист</small>	150	48,00	20,21	13,70	34,41	342,00
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром <small>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок</small>	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
пп	17588	Хлеб Городской <small>Хлеб в ассортименте</small>	25	2,40	1,99	0,20	12,30	58,96
Итого:			585	79,40	32,31	28,91	75,88	693,16
Итого ХЕ:					6,32			

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 <small>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</small>	200/10	24,00	9,11	14,76	14,20	226,03
ТТК	19299	Пельмени отварные с курицей, с маслом <small>Пельмени "МБ" с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист</small>	150	48,00	20,21	13,70	34,41	342,00
628/96;685/200 4	259	Чай с сахаром <small>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок</small>	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
пп	17588	Хлеб Городской <small>Хлеб в ассортименте</small>	25	2,40	1,99	0,20	12,30	58,96
Итого:			585	79,40	32,31	28,91	75,88	693,16
Итого ХЕ:					6,32			

Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	392	Компот из сухофруктов <small>Сахар песок // Лимонная кислота</small>	200	14,00	0,32		32,86	132,72
ТТК	19744	Мясное кулинарное изделие запеченное в тесте <small>Яйцо свежее / Мука в/с / Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная</small>	25/50	26,00	7,44	7,76	29,95	219,40
Итого:			275	40,00	7,76	7,76	62,81	352,12
Итого ХЕ:					5,23			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
Сб. рец. Москва 2022г.	2008	Салат Зелёный с ветчиной <small>Салат Зелёный с ветчиной: (Капуста пекинская / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурец свежий / Масло растительное / Зелень)</small>	50	0,43	5,25	0,54	51,15
	58/13	Салат из моркови с чесноком и соусом <small>Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте / Чеснок</small>	100	1,55	10,14	6,60	123,86
Сб. рец. Москва 2022г.	20030	Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.) <small>Салат из фунчозы (помидор св.огурец св.семена кунж.): (Лепша Фунчоза / Огурец свежий / Помидор свежий / Масло растительное / Семена кунжута в асс. / Соль йодированная)</small>	75	0,13	4,13	0,44	39,51
Сб. рец. Москва 2022г.	20006	Салат Оливье с ветчиной <small>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)</small>	50	1,44	2,54	2,68	39,35
Таб. №24/96	12720	Десерт фруктовый (киви) <small>Киви</small>	90	0,72	0,36	7,29	35,28

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 (околока) / 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

469/96	15763	Спагетти (макаронны) отварные Спагетти (макаронны) / 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
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
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	13441	Витушка с маком Мука в/с / Вода / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак семена / Масло растительное	50	4,70	3,10	31,54	172,86

Итого: 130,00

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
Сб.рец.Москва 2022г.	2008	Салат Зелёный с ветчиной Салат Зелёный с ветчиной: (Капуста пекинская / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Огурец свежий / Масло растительное / Зелень)	50	0,43	5,25	0,54	51,15
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.	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.	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
Таб.№24/96	12720	Десерт фруктовый (киви) Киви	90	0,72	0,36	7,29	35,28

Первые блюда

129/96	15253	Рассольник "Ленинградский" на курином бульоне Бульон куриный: (Вода / Суловый 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 (околока) / 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

469/96	15763	Спагетти (макаронны) отварные Спагетти (макаронны) / 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

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	13441	Витушка с маком Мука в/с / Вода / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Мак семена / Масло растительное	50	4,70	3,10	31,54	172,86

Итого: 130,00

Зав.производство Хартова Т.И.

Ответственный за питание
СанПиН 2.3/2.6.590-00



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

E-mail: eda0910@mail.ru