



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

## МЕНЮ

на 15.11.2023

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                 | 7268      | Салат из крабовых палочек с рисом<br>Салат из крабовых палочек с рисом: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте / Рис / Соль йодированная)                          | 50         | 24,00        | 2,06             | 7,87         | 3,77         | 94,15         |
| ТТК                 | 19852     | Котлеты Сочные<br>Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное   | 50         | 40,00        | 7,50             | 7,50         | 2,50         | 107,50        |
| ТТК                 | 5918      | Рис оригинальный<br>Рис / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист  | 100        | 12,00        | 2,87             | 4,10         | 27,90        | 159,98        |
| 628/96;685/200<br>4 | 259       | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок  | 200        | 5,00         | 1,00             | 0,26         | 14,97        | 66,18         |
| ТТК                 | 18152     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 10         | 1,40         | 0,79             | 0,10         | 4,83         | 23,38         |
|                     | 19152     | Рулет с маком<br>Рулет с маком: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Мак семена / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное) | 50         | 14,47        | 5,27             | 8,24         | 30,68        | 217,96        |
| <b>Итого:</b>       |           |   | <b>460</b> | <b>96,87</b> | <b>19,49</b>     | <b>28,07</b> | <b>84,65</b> | <b>669,15</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |   |            |              | <b>7,05</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         |
| 110/96              | 334       | Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на кур. бульоне<br>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф // Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Перец черный молотый / Лавровый лист | 200/10     | 21,00        | 1,86             | 6,06         | 11,22        | 106,86        |
| ТТК                 | 19852     | Котлеты Сочные<br>Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное   | 50         | 40,00        | 7,50             | 7,50         | 2,50         | 107,50        |
| ТТК                 | 5918      | Рис оригинальный<br>Рис / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист  | 100        | 12,00        | 2,87             | 4,10         | 27,90        | 159,98        |
| 628/96;685/200<br>4 | 259       | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок  | 200        | 5,00         | 1,00             | 0,26         | 14,97        | 66,18         |
| ТТК                 | 18152     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 10         | 1,40         | 0,79             | 0,10         | 4,83         | 23,38         |
| <b>Итого:</b>       |           |   | <b>570</b> | <b>79,40</b> | <b>14,02</b>     | <b>18,02</b> | <b>61,42</b> | <b>463,90</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |   |            |              | <b>5,12</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         |
| 110/96              | 334       | Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной на кур. бульоне<br>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф // Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Перец черный молотый / Лавровый лист | 200/10     | 21,00        | 1,86             | 6,06         | 11,22        | 106,86        |
| ТТК                 | 19852     | Котлеты Сочные<br>Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное   | 50         | 40,00        | 7,50             | 7,50         | 2,50         | 107,50        |
| ТТК                 | 5918      | Рис оригинальный<br>Рис / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист  | 100        | 12,00        | 2,87             | 4,10         | 27,90        | 159,98        |
| 628/96;685/200<br>4 | 259       | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок  | 200        | 5,00         | 1,00             | 0,26         | 14,97        | 66,18         |
| ТТК                 | 18152     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный  | 10         | 1,40         | 0,79             | 0,10         | 4,83         | 23,38         |
| <b>Итого:</b>       |           |   | <b>570</b> | <b>79,40</b> | <b>14,02</b>     | <b>18,02</b> | <b>61,42</b> | <b>463,90</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |   |            |              | <b>5,12</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         |
| 697/97           | 7820      | Компот из ягод замороженной<br>Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота   | 200        | 12,00        | 0,26             | 0,11        | 25,88        | 105,55        |
| ТТК              | 19734     | Пицца с мясом прессованным с соусом<br>Яйцо свежее / Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Соус в ассортименте / Сыр / Томатная паста в асс. / Масло растительное | 50         | 28,00        | 4,50             | 7,61        | 15,37        | 147,98        |
| <b>Итого:</b>    |           |   | <b>250</b> | <b>40,00</b> | <b>4,76</b>      | <b>7,72</b> | <b>41,25</b> | <b>253,53</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |   |            |              | <b>3,44</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> |           |   |       |                  |       |          |        |
| №71/2004              | 129       | Винегрет овощной<br>Картофель п/ф / Капуста квашеная / Огурцы соленые / Свекла п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная | 100   | 1,63             | 10,04 | 8,38     | 130,40 |

|            |       |   |     |      |      |      |       |
|------------|-------|---|-----|------|------|------|-------|
| 36/97      | 8453  | <b>Салат из свежих огурцов с салатной заправкой</b><br>Салат из свежих огурцов с салатной заправкой: (Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная)) | 60  | 0,35 | 3,02 | 1,55 | 34,78 |
|            | 15257 | <b>Салат из моркови с яблоками</b><br>Салат из моркови с яблоками: (Яблоко свежее / Морковь свежая п/ф / Масло растительное)  | 80  | 0,54 | 6,72 | 3,23 | 75,51 |
| ТТК        | 7268  | <b>Салат из крабовых палочек с рисом</b><br>Салат из крабовых палочек с рисом: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте / Рис / Соль йодированная)               | 50  | 2,06 | 7,87 | 3,77 | 94,15 |
| №405/2004  | 13596 | <b>Салат из свежей и морской капусты</b><br>Капуста свежая п/ф очищ. / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Капуста морская (сушеная) / Лимонная кислота   | 100 | 1,45 | 5,03 | 8,70 | 85,87 |
| Таб.№24/96 | 7080  | <b>Десерт фруктовый (мандарин)</b><br>Мандарины свежие  | 120 | 0,96 | 0,24 | 9,00 | 42,00 |

#### Вторые блюда

|        |       |  |        |       |       |       |        |
|--------|-------|--|--------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК    | 8183  | <b>Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным</b><br>Запеканка творожная с крошкой: (Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная) / Молоко сгущенное                                 | 100/30 | 16,23 | 18,24 | 47,46 | 418,92 |
| 416,96 | 19915 | <b>Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая</b><br>Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая: (Свинина б/к (лопатка) / Вода / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) | 75     | 2,58  | 3,58  | 10,91 | 86,20  |
| 439/96 | 2028  | <b>Цыпленок отварные</b><br>Цыпленок бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист   | 75     | 17,43 | 14,98 | 0,21  | 205,38 |
| ТТК    | 19850 | <b>Котлеты Крестьянские (с мясом индейки)</b><br>Котлеты Крестьянские(с мясом индейки) Дана / Масло растительное   | 50     |       | 3,00  |       | 26,97  |
| ТТК    | 19743 | <b>Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное</b><br>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

|                 |      |  |     |      |      |       |        |
|-----------------|------|--|-----|------|------|-------|--------|
| 482/96;534/04   | 1497 | <b>Капуста свежая тушеная</b><br>Капуста свежая п/ф очищ. / Лук репчатый п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Мука в/с / Лимонная кислота / Лавровый лист | 150 | 3,63 | 4,36 | 15,44 | 115,52 |
| ТТК             | 6527 | <b>Рис оригинальный</b><br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист  | 150 | 4,30 | 6,18 | 41,84 | 240,18 |
| 469/96;516/3/04 | 1669 | <b>Макаронные изделия</b><br>Вода / Макаронные 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  |
| 773/97;705/2004 | 314 | <b>Отвар шиповника с сахаром</b><br>Вода / Шиповник / Сахар песок                           | 200 | 0,68 | 0,28 | 29,62 | 123,72 |

#### 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 №5,13   | 1110  | <b>Сырная палочка</b><br>Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное   | 50 | 6,35 | 4,90 | 24,39 | 167,06 |
| ТТК,№630/13 | 8219  | <b>Булочка чайная</b><br>Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / творог / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло сливочное / Масло растительное / Соль йодированная                   | 50 | 5,47 | 6,47 | 26,50 | 186,11 |
| ТТК         | 14146 | <b>Бантик с начинкой в ассортименте</b><br>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) | 75 | 5,85 | 5,40 | 43,11 | 244,44 |

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> |           |   |       |                  |       |          |        |
| №71/2004              | 129       | <b>Винегрет овощной</b><br>Картофель п/ф / Капуста квашеная / Огурцы соленые / Свекла п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная                                | 100   | 1,63             | 10,04 | 8,38     | 130,40 |
| 36/97                 | 8453      | <b>Салат из свежих огурцов с салатной заправкой</b><br>Салат из свежих огурцов с салатной заправкой: (Огурец свежий / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная)) | 60    | 0,35             | 3,02  | 1,55     | 34,78  |
|                       | 15257     | <b>Салат из моркови с яблоками</b><br>Салат из моркови с яблоками: (Яблоко свежее / Морковь свежая п/ф / Масло растительное)  | 80    | 0,54             | 6,72  | 3,23     | 75,51  |
| ТТК                   | 7268      | <b>Салат из крабовых палочек с рисом</b><br>Салат из крабовых палочек с рисом: (Яйцо свежее / Кукуруза консервированная / Крабовые палочки / Соус в ассортименте / Рис / Соль йодированная)               | 50    | 2,06             | 7,87  | 3,77     | 94,15  |
| №405/2004             | 13596     | <b>Салат из свежей и морской капусты</b><br>Капуста свежая п/ф очищ. / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Капуста морская (сушеная) / Лимонная кислота   | 100   | 1,45             | 5,03  | 8,70     | 85,87  |
| Таб.№24/96            | 7080      | <b>Десерт фруктовый (мандарин)</b><br>Мандарины свежие  | 120   | 0,96             | 0,24  | 9,00     | 42,00  |

#### Первые блюда

|        |     |  |     |      |      |       |       |
|--------|-----|--|-----|------|------|-------|-------|
| 110/96 | 168 | <b>Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне</b><br>Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист | 200 | 1,66 | 4,06 | 11,02 | 87,26 |
|--------|-----|--|-----|------|------|-------|-------|

#### Вторые блюда

|     |      |  |        |       |       |       |        |
|-----|------|--|--------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК | 8183 | <b>Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным</b><br>Запеканка творожная с крошкой: (Яйцо свежее / творог / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Крупа манная) / Молоко сгущенное | 100/30 | 16,23 | 18,24 | 47,46 | 418,92 |
|-----|------|--|--------|-------|-------|-------|--------|

|        |       |  |    |       |       |       |        |
|--------|-------|--|----|-------|-------|-------|--------|
| 416,96 | 19915 | <b>Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая</b><br>Котлета рубленая из свинины (лопатка) запеченая: (Свинина б/к (лопатка) / Вода / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная) | 75 | 2,58  | 3,58  | 10,91 | 86,20  |
| 439/96 | 2028  | <b>Цыплята отварные</b><br>Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Лавровый лист   | 75 | 17,43 | 14,98 | 0,21  | 205,38 |
| ТТК    | 19850 | <b>Котлеты Крестьянские (с мясом индейки)</b><br>Котлеты Крестьянские(с мясом индейки) Дана / Масло растительное   | 50 |       | 3,00  |       | 26,97  |
| ТТК    | 19743 | <b>Изделие кулинарное мясное Крокетбол запеченное</b><br>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

|                 |      |  |     |      |      |       |        |
|-----------------|------|--|-----|------|------|-------|--------|
| 482/96;534/04   | 1497 | <b>Капуста свежая тушеная</b><br>Капуста свежая п/ф очищ. / Лук репчатый п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Мука в/с / Лимонная кислота / Лавровый лист | 150 | 3,63 | 4,36 | 15,44 | 115,52 |
| ТТК             | 6527 | <b>Рис оригинальный</b><br>Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист  | 150 | 4,30 | 6,18 | 41,84 | 240,18 |
| 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;685/200<br>4 | 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 №5,13   | 1110  | <b>Сырная палочка</b><br>Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное   | 50 | 6,35 | 4,90 | 24,39 | 167,06 |
| ТТК,№630/13 | 8219  | <b>Булочка чайная</b><br>Яйцо свежее / Яйцо свежее / Мука в/с / Мука в/с / Яйцо свежее / творог / Молоко / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Масло сливочное / Масло растительное / Соль йодированная        | 50 | 5,47 | 6,47 | 26,50 | 186,11 |
| ТТК         | 14146 | <b>Бантик с начинкой в ассортименте</b><br>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) | 75 | 5,85 | 5,40 | 43,11 | 244,44 |

**Итого: 130,00**

Зав.производство Хартова С.И.

Ответственный за качество  
СанПиН 2.3/2.3596.20



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

E-mail: eda0910@mail.ru