



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

МЕНЮ

на 16.11.2023

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 рецептов | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|-------------------|-----------|---|------------|--------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 25/2014 ДеЛи плюс | 11403 | Салат из картофеля с зеленым горошком Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Огурец свежий / Морковь свежая п/ф / Лук зеленый / Масло растительное | 60 | 20,00 | 1,24 | 3,12 | 6,19 | 57,80 |
| 401/96 | 12778 | Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с / Томатная паста в асс. | 30/30 | 39,00 | 9,06 | 10,57 | 1,38 | 136,89 |
| 469/96;516/3/04 | 1669 | Макаронные отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 9,00 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |
| ТТК | 13514 | Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок | 200 | 7,00 | 0,14 | 0,05 | 12,95 | 52,81 |
| пп | 17588 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 25 | 2,40 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 |
| пп | 17589 | Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной | 25 | 2,00 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,53 |
| ТТК, №630/13 | 8219 | Булочка чайная 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 | 17,47 | 5,47 | 6,47 | 26,50 | 186,11 |
| Итого: | | | 570 | 96,87 | 25,25 | 25,03 | 105,29 | 747,39 |
| Итого ХЕ: | | | | | 8,77 | | | |

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 |
| 119/96 | 15853 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне: (Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист) / | 200/10 | 20,00 | 9,37 | 12,11 | 8,26 | 179,55 |
| 401/96 | 12778 | Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с / Томатная паста в асс. | 30/30 | 39,00 | 9,06 | 10,57 | 1,38 | 136,89 |
| 469/96;516/3/04 | 1669 | Макаронные отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 9,00 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |
| ТТК | 13514 | Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок | 200 | 7,00 | 0,14 | 0,05 | 12,95 | 52,81 |
| пп | 17588 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 25 | 2,40 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 |
| пп | 17589 | Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной | 25 | 2,00 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,53 |
| Итого: | | | 670 | 79,40 | 27,91 | 27,55 | 80,86 | 683,02 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,74 | | | |

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 |
| 119/96 | 15853 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне: (Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист) / | 200/10 | 20,00 | 9,37 | 12,11 | 8,26 | 179,55 |
| 401/96 | 12778 | Гуляш из говядины П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Мука в/с / Томатная паста в асс. | 30/30 | 39,00 | 9,06 | 10,57 | 1,38 | 136,89 |
| 469/96;516/3/04 | 1669 | Макаронные отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 9,00 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |
| ТТК | 13514 | Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок | 200 | 7,00 | 0,14 | 0,05 | 12,95 | 52,81 |
| пп | 17588 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 25 | 2,40 | 1,99 | 0,20 | 12,30 | 58,96 |
| пп | 17589 | Хлеб Дарницкий Хлеб ржаной | 25 | 2,00 | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,53 |
| Итого: | | | 670 | 79,40 | 27,91 | 27,55 | 80,86 | 683,02 |
| Итого ХЕ: | | | | | 6,74 | | | |

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 | 4145 | Чай фруктовый Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сок в ассортименте 1л / Сахар песок | 200 | 9,00 | 0,20 | 0,04 | 19,01 | 77,20 |
| | 19916 | Мясное кулинарное изделие Крокетбол запеченное в тесте Яйцо свежее / Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Изделие кулинарное мясное "Крокетбол" / Мука в/с / Масло растительное | 25/50 | 28,00 | 4,96 | 3,59 | 29,55 | 170,36 |

| | | | | | | | | |
|------------------|-------|------------------------------------|------------|--------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| ТТК | 19293 | Мармелад в асс. Мармелад в асс. | 10 | 3,00 | | 0,01 | 8,00 | 32,09 |
| Итого: | | | 285 | 40,00 | 5,16 | 3,64 | 56,56 | 279,65 |
| Итого ХЕ: | | | | | 4,71 | | | |

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептов | Код блюда | Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | |
|-----------------------|-----------|--|-------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| Холодные блюда | | | | | | | |
| 25/2014 ДеЛи плюс | 11403 | Салат из картофеля с зеленым горошком Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Огурец свежий / Морковь свежая п/ф / Лук зеленый / Масло растительное | 60 | 1,24 | 3,12 | 6,19 | 57,80 |
| 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 |
| 68/1997 | 9580 | Салат из редьки с жареным луком Редька зеленая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная | 100 | 2,50 | 15,13 | 9,61 | 184,61 |
| | 10563 | 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) | 60 | 0,58 | 3,07 | 2,72 | 40,83 |
| ТТК | 7663 | Салат из моркови с сахаром Морковь свежая п/ф / Сахар песок | 100 | 1,25 | 0,10 | 11,71 | 52,74 |
| ТТК | 18248 | Хурма порционная Хурма свежая | 90 | 0,05 | 0,04 | 1,38 | 6,01 |

Вторые блюда

| | | | | | | | |
|--------|-------|---|--------|-------|-------|-------|--------|
| 394/96 | 14208 | Жаркое по-домашнему из свинины (окорок) Картофель п/ф / Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист | 40/150 | 3,55 | 8,47 | 21,10 | 174,85 |
| 436/96 | 15458 | Цыплята запеченные Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное | 75 | 17,67 | 18,21 | | 234,59 |
| 416/96 | 9545 | Котлета рубленая из цыплят Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло сливочное | 50 | 8,65 | 2,97 | 7,91 | 92,97 |
| 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

| | | | | | | | |
|--------------------|------|--|-------|------|------|-------|--------|
| №242/97;518/3/2004 | 1998 | Картофель отварной с маслом Картофель п/ф / Масло сливочное | 150/5 | 3,04 | 4,25 | 24,52 | 148,45 |
| 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;516/3/04 | 1669 | Макаронные изделия Вода / Макаaronные изделия / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |

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 |
| 588/96 | 392 | Компот из сухофруктов Сахар песок / / Лимонная кислота | 200 | 0,32 | | 32,86 | 132,72 |

Хлеб

| | | | | | | | |
|----|-------|---------------------------------------|----|------|------|-------|-------|
| пп | 17037 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 35 | 2,45 | 0,39 | 15,16 | 73,89 |
| пп | 17091 | Хлеб Дарницкий Хлеб в ассортименте | 35 | 2,45 | 0,39 | 15,16 | 73,89 |

Мучные изделия

| | | | | | | | |
|--------|-------|--|----|------|------|-------|--------|
| ТТК | 14074 | Бисквит шоколадный Бисквит шоколадный: (Яйцо свежее / Сахар песок / Мука в/с / Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 шоколадный / Сахарная пудра) | 50 | 3,37 | 1,67 | 29,90 | 148,11 |
| ТТК | 14506 | Булочка десертная (повидло) Яйцо куриное столовое шт / Мука в/с / Молоко 3,2%тп. / Повидло / Сахар / Масло растительное / Масло растительное / Сахарная пудра / Соль пищевая / Дрожжи сухие | 75 | 5,59 | 6,43 | 46,07 | 264,45 |
| 693/96 | 3529 | Шанежка со сметаной Мука в/с / Вода / Яйцо свежее / / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная | 60 | 3,77 | 7,56 | 28,06 | 195,36 |

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 | | | | | | | |
| 25/2014 ДеЛи плюс | 11403 | Салат из картофеля с зеленым горошком Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Огурец свежий / Морковь свежая п/ф / Лук зеленый / Масло растительное | 60 | 1,24 | 3,12 | 6,19 | 57,80 |
| 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 |
| 68/1997 | 9580 | Салат из редьки с жареным луком Редька зеленая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная | 100 | 2,50 | 15,13 | 9,61 | 184,61 |
| | 10563 | 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) | 60 | 0,58 | 3,07 | 2,72 | 40,83 |
| ТТК | 7663 | Салат из моркови с сахаром Морковь свежая п/ф / Сахар песок | 100 | 1,25 | 0,10 | 11,71 | 52,74 |

| | | | | | | | |
|------------------------|-------|---|--------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК | 18248 | Хурма порционная Хурма свежая | 90 | 0,05 | 0,04 | 1,38 | 6,01 |
| Первые блюда | | | | | | | |
| 120/96 | 15250 | Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист | 200 | 9,08 | 10,61 | 7,74 | 162,76 |
| Вторые блюда | | | | | | | |
| 394/96 | 14208 | Жаркое по-домашнему из свинины (окорок) Картофель п/ф / Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист | 40/150 | 3,55 | 8,47 | 21,10 | 174,85 |
| 436/96 | 15458 | Цыплята запеченные Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное | 75 | 17,67 | 18,21 | | 234,59 |
| 416/96 | 9545 | Котлета рубленая из цыплят Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб в ассортименте / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная / Масло сливочное | 50 | 8,65 | 2,97 | 7,91 | 92,97 |
| 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 | | | | | | | |
| №242/97;518/3/2004 | 1998 | Картофель отварной с маслом Картофель п/ф / Масло сливочное | 150/5 | 3,04 | 4,25 | 24,52 | 148,45 |
| 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;516/3/04 | 1669 | Макаронные изделия Вода / Макароны / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |
| 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 |
| Хлеб | | | | | | | |
| пп | 17037 | Хлеб Городской Хлеб в ассортименте | 35 | 2,45 | 0,39 | 15,16 | 73,89 |
| пп | 17091 | Хлеб Дарницкий Хлеб в ассортименте | 35 | 2,45 | 0,39 | 15,16 | 73,89 |
| Мучные изделия | | | | | | | |
| ТТК | 14074 | Бисквит шоколадный Бисквит шоколадный: (Яйцо свежее / Сахар песок / Мука в/с / Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 шоколадный / Сахарная пудра) | 50 | 3,37 | 1,67 | 29,90 | 148,11 |
| ТТК | 14506 | Булочка десертная (повидло) Яйцо куриное столовое шт / Мука в/с / Молоко 3,2%тл. / Повидло / Сахар / Масло растительное / Масло растительное / Сахарная пудра / Соль пищевая / Дрожжи сухие | 75 | 5,59 | 6,43 | 46,07 | 264,45 |
| 693/96 | 3529 | Шанежка со сметаной Мука в/с / Вода / Яйцо свежее / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Дрожжи прессованные / Соль йодированная | 60 | 3,77 | 7,56 | 28,06 | 195,36 |

Итого: 130,00

Зав.производства: Хартова С. И.

Ответственный за питание
СанПин 2.3/2.65906-20



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

E-mail: eda0910@mail.ru