



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

## МЕНЮ

на 22.02.2024

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         |
| 436/96              | 15458     | Цыплята запеченные<br>Цыплята бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное | 75         | 53,00        | 17,67            | 18,21        |              | 234,59        |
| 469/96              | 137       | Макаронны отварные<br>Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная     | 100        | 6,00         | 3,73             | 3,94         | 23,93        | 146,12        |
| 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         |
| пп                  | 17588     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте   | 25         | 2,40         | 1,99             | 0,20         | 12,30        | 58,96         |
| Таб.№24/96          | 8079      | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая  | 90         | 20,35        | 0,36             | 0,27         | 9,27         | 40,95         |
| <b>Итого:</b>       |           |   | <b>490</b> | <b>86,75</b> | <b>24,76</b>     | <b>22,87</b> | <b>60,47</b> | <b>546,79</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |   |            |              | <b>5,04</b>      |              |              |               |

**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         |
| 120/96              | 15250     | Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне<br>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        | 17,00        | 9,08             | 10,61        | 7,74         | 162,76        |
| 416/96              | 9868      | Котлета рубленая из свинины (околока) запеченая<br>Свинина б/к (околок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная  | 50         | 38,00        | 6,54             | 13,45        | 7,80         | 178,41        |
| 463/96, таб№4       | 1526      | Каша гречневая рассыпчатая<br>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная  | 150        | 18,00        | 8,73             | 5,90         | 39,46        | 245,91        |
| 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         |
| пп                  | 17588     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте   | 25         | 2,60         | 1,99             | 0,20         | 12,30        | 58,96         |
| пп                  | 17589     | Хлеб Дарницкий<br>Хлеб ржаной   | 25         | 2,00         | 1,70             | 0,33         | 9,95         | 49,53         |
| <b>Итого:</b>       |           |   | <b>650</b> | <b>82,60</b> | <b>29,04</b>     | <b>30,74</b> | <b>92,22</b> | <b>761,74</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |   |            |              | <b>7,69</b>      |              |              |               |

**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         |
| 120/96              | 15250     | Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне<br>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        | 17,00        | 9,08             | 10,61        | 7,74         | 162,76        |
| 416/96              | 9868      | Котлета рубленая из свинины (околока) запеченая<br>Свинина б/к (околок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная  | 50         | 38,00        | 6,54             | 13,45        | 7,80         | 178,41        |
| 463/96, таб№4       | 1526      | Каша гречневая рассыпчатая<br>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная  | 150        | 18,00        | 8,73             | 5,90         | 39,46        | 245,91        |
| 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         |
| пп                  | 17588     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте   | 25         | 2,60         | 1,99             | 0,20         | 12,30        | 58,96         |
| пп                  | 17589     | Хлеб Дарницкий<br>Хлеб ржаной   | 25         | 2,00         | 1,70             | 0,33         | 9,95         | 49,53         |
| <b>Итого:</b>       |           |   | <b>650</b> | <b>82,60</b> | <b>29,04</b>     | <b>30,74</b> | <b>92,22</b> | <b>761,74</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b>    |           |   |            |              | <b>7,69</b>      |              |              |               |

**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  |
| Сб.рец.Москва<br>2022г. | 20006     | Салат Оливье с ветчиной<br>Салат Оливье с ветчиной: (Яйцо свежее / Изделие кулинарное мясное Масло прессованное / Огурцы соленые / Картофель п/ф / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Соус в ассортименте / Зелень)  | 50        | 23,00     | 1,44             | 2,54  | 2,68     | 39,35  |
| 120/96                  | 15250     | Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне<br>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       | 17,00     | 9,08             | 10,61 | 7,74     | 162,76 |
| 416/96                  | 9868      | Котлета рубленая из свинины (околока) запеченая<br>Свинина б/к (околок) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная  | 50        | 38,00     | 6,54             | 13,45 | 7,80     | 178,41 |
| 463/96, таб№4           | 1526      | Каша гречневая рассыпчатая<br>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная  | 150       | 18,00     | 8,73             | 5,90  | 39,46    | 245,91 |
| 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  |
| пп                      | 17588     | Хлеб Городской<br>Хлеб в ассортименте   | 25        | 2,60      | 1,99             | 0,20  | 12,30    | 58,96  |

|     |       |   |    |       |      |      |      |       |
|-----|-------|---|----|-------|------|------|------|-------|
| пп  | 17589 | Хлеб Дарницкий<br>Хлеб ржаной   | 25 | 2,00  | 1,70 | 0,33 | 9,95 | 49,53 |
| ТТК | 18047 | Слойка дрожжевая с маком п/ф<br>Тесто слоеное дрожжевое п/ф / Начинка термост. маковая / Мука в/с | 60 | 15,86 | 0,11 | 0,01 | 0,70 | 3,35  |

**Итого:** 760 121,46 30,59 33,30 95,60 804,44  
**Итого ХЕ:** 7,97

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

| Сборник рецептов      | Код блюда | Наименование  | Выход | Пищевая ценность |       |          |        |
|-----------------------|-----------|---|-------|------------------|-------|----------|--------|
|                       |           |   |       | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| <b>Холодные блюда</b> |           |   |       |                  |       |          |        |
| Сб.рец.Москва 2022г.  | 20006     | Салат Оливье с ветчиной<br>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  |
| ТТК                   | 7663      | Салат из моркови с сахаром<br>Морковь свежая п/ф / Сахар песок  | 100   | 1,25             | 0,10  | 11,71    | 52,74  |
| 68/1997               | 9580      | Салат из редьки с жареным луком<br>Редька зеленая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная   | 100   | 2,50             | 15,13 | 9,61     | 184,61 |
| ТТК Таб. №24/9 6      | 15422     | Русский разносол<br>Огурцы соленые / Помидоры соленые / Капуста квашеная  | 80    | 0,78             | 0,06  | 1,46     | 9,48   |
| Таб.24/96             | 2464      | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие   | 100   | 0,90             | 0,20  | 8,10     | 37,80  |

**Вторые блюда**

|        |       |   |       |       |       |      |        |
|--------|-------|---|-------|-------|-------|------|--------|
| 436/96 | 15458 | Цыпленок запеченный<br>Цыпленок бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное   | 75    | 17,67 | 18,21 |      | 234,59 |
| 416/96 | 9545  | Котлета рубленая из цыпленка<br>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<br>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<br>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<br>Картофель п/ф / Масло сливочное                        | 150/5 | 3,04 | 4,25 | 24,52 | 148,45 |
| 469/96;516/3/04    | 1669 | Макароны отварные<br>Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная | 150   | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |

**Третьи блюда**

|                  |     |  |     |      |      |       |        |
|------------------|-----|--|-----|------|------|-------|--------|
| 628/96;685/200 4 | 259 | Чай с сахаром<br>Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18  |
| 588/96           | 392 | Компот из сухофруктов<br>Сахар песок / Лимонная кислота                              | 200 | 0,32 |      | 32,86 | 132,72 |

**Хлеб**

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

**Мучные изделия**

|     |       |  |    |      |      |       |        |
|-----|-------|--|----|------|------|-------|--------|
| ТТК | 14099 | Бисквит<br>Бисквит: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Масло растительное / Сахарная пудра) | 50 | 3,18 | 1,54 | 30,10 | 146,98 |
| ТТК | 18047 | Слойка дрожжевая с маком п/ф<br>Тесто слоеное дрожжевое п/ф / Начинка термост. маковая / Мука в/с  | 60 | 0,11 | 0,01 | 0,70  | 3,35   |

**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> |           |   |       |                  |       |          |        |
| Сб.рец.Москва 2022г.  | 20006     | Салат Оливье с ветчиной<br>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  |
| ТТК                   | 7663      | Салат из моркови с сахаром<br>Морковь свежая п/ф / Сахар песок  | 100   | 1,25             | 0,10  | 11,71    | 52,74  |
| 68/1997               | 9580      | Салат из редьки с жареным луком<br>Редька зеленая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная   | 100   | 2,50             | 15,13 | 9,61     | 184,61 |
| ТТК Таб. №24/9 6      | 15422     | Русский разносол<br>Огурцы соленые / Помидоры соленые / Капуста квашеная  | 80    | 0,78             | 0,06  | 1,46     | 9,48   |
| Таб.24/96             | 2464      | Десерт фруктовый (апельсин)<br>Апельсины свежие   | 100   | 0,90             | 0,20  | 8,10     | 37,80  |

**Первые блюда**

|        |       |  |     |      |       |      |        |
|--------|-------|--|-----|------|-------|------|--------|
| 120/96 | 15250 | Щи из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне<br>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**

|        |       |   |    |       |       |  |        |
|--------|-------|---|----|-------|-------|--|--------|
| 436/96 | 15458 | Цыпленок запеченный<br>Цыпленок бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное | 75 | 17,67 | 18,21 |  | 234,59 |
|--------|-------|---|----|-------|-------|--|--------|

|                        |       |  |               |       |       |       |        |
|------------------------|-------|--|---------------|-------|-------|-------|--------|
| 416/96                 | 9545  | <b>Котлета рубленая из цыплят</b><br>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 | <b>Гуляш из говядины</b><br>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 | <b>Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти</b><br>Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти   | 50            | 5,61  | 9,69  | 1,02  | 113,73 |
| <b>Гарниры и соусы</b> |       |  |               |       |       |       |        |
| №242/97:518/3/2004     | 1998  | <b>Картофель отварной с маслом</b><br>Картофель п/ф / Масло сливочное  | 150/5         | 3,04  | 4,25  | 24,52 | 148,45 |
| 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 |
| <b>Третьи блюда</b>    |       |  |               |       |       |       |        |
| 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  |
| <b>Хлеб</b>            |       |  |               |       |       |       |        |
| пп                     | 17037 | <b>Хлеб Городской</b><br>Хлеб в ассортименте   | 35            | 2,45  | 0,39  | 15,16 | 73,89  |
| пп                     | 17091 | <b>Хлеб Дарницкий</b><br>Хлеб в ассортименте   | 35            | 2,45  | 0,39  | 15,16 | 73,89  |
| <b>Мучные изделия</b>  |       |  |               |       |       |       |        |
| ТТК                    | 14099 | <b>Бисквит</b><br>Бисквит: (Яйцо свежее / Мука в/с / Сахар песок / Вода / Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Масло растительное / Сахарная пудра)                        | 50            | 3,18  | 1,54  | 30,10 | 146,98 |
| ТТК                    | 18047 | <b>Слойка дрожжевая с маком п/ф</b><br>Тесто слоеное дрожжевое п/ф / Начинка термост. маковая / Мука в/с   | 60            | 0,11  | 0,01  | 0,70  | 3,35   |
| <b>Итого:</b>          |       |  | <b>130,00</b> |       |       |       |        |

Зав.производства: Картова Т.И.

Ответственный за качество: \_\_\_\_\_ /  
СанПин 2.3/2.38.002.00



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

E-mail: eda0910@mail.ru