



Согласовано:
Директор МБУ "Лицей № 6"

Мицук Е.Ю.

МЕНЮ

на 05.09.2023

МБУ "Лицей № 6"

Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	2391	Огурец свежий Огурец свежий	30	5,00	0,21	0,03	0,58	3,43
Табл №24/94	10114	Помидор свежий Помидор свежий	35	7,00	0,39	0,07	1,36	7,63
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	37,00	8,64	6,74	7,80	126,42
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	4,80	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			515	67,80	19,69	11,79	85,33	526,15
Итого ХЕ:					7,11			

Витаминизация (завтрак)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	18,01	0,30	0,23	7,73	34,19
Итого:			75	18,01	0,30	0,23	7,73	34,19
Итого ХЕ:					0,64			

Завтрак 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
Таб.№24/96	6232	Огурец свежий Огурец свежий	25	4,00	0,18	0,03	0,48	2,91
Таб.№24/96	5109	Помидор свежий Помидор свежий	25	5,00	0,28	0,05	0,97	5,45
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	37,00	8,64	6,74	7,80	126,42
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	15288	Батон в ассортименте Батон	20	3,80	1,50	0,58	10,28	52,34
Итого:			470	63,80	17,25	11,95	70,52	458,59
Итого ХЕ:					5,88			

Завтрак 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
Таб.№24/96	6232	Огурец свежий Огурец свежий	25	4,00	0,18	0,03	0,48	2,91
Таб.№24/96	5109	Помидор свежий Помидор свежий	25	5,00	0,28	0,05	0,97	5,45
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	37,00	8,64	6,74	7,80	126,42
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	15288	Батон в ассортименте Батон	20	3,80	1,50	0,58	10,28	52,34
Итого:			470	63,80	17,25	11,95	70,52	458,59
Итого ХЕ:					5,88			

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
39/97	15256	Салат из свежих помидоров с луком и соусом Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / Соус для детей от Злет в асс.	75	23,06	1,07	7,64	3,73	87,97
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	37,00	8,64	6,74	7,80	126,42
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29

628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	4,80	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			525	78,86	20,16	19,32	87,12	603,05
Итого ХЕ:					7,26			

Витаминизация (завтрак)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	18,01	0,30	0,23	7,73	34,19
Итого:			75	18,01	0,30	0,23	7,73	34,19
Итого ХЕ:					0,64			

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
119/96	15853	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне: (Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста в асс. / Зелень) /	200/10	20,00	9,37	12,11	8,26	179,55
ТТК	19852	Котлеты Сочные Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное	50	40,00	7,50	7,50	2,50	107,50
465/96;511/3/04	254	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная 1	100	11,00	2,52	4,86	26,64	160,34
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	3,40	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			595	79,40	23,05	25,00	69,59	595,60
Итого ХЕ:					5,80			

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
119/96	15853	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне: (Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста в асс. / Зелень) /	200/10	20,00	9,37	12,11	8,26	179,55
ТТК	19852	Котлеты Сочные Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное	50	40,00	7,50	7,50	2,50	107,50
465/96;511/3/04	254	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная 1	100	11,00	2,52	4,86	26,64	160,34
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	3,40	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			595	79,40	23,05	25,00	69,59	595,60
Итого ХЕ:					5,80			

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (ОВЗ)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	2522	Помидор свежий Помидор свежий	50	10,00	0,56	0,10	1,94	10,90
119/96	15853	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне: (Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста в асс. / Зелень) /	200/10	20,00	9,37	12,11	8,26	179,55
ТТК	19852	Котлеты Сочные Котлеты Сочные п/ф / Масло растительное	50	40,00	7,50	7,50	2,50	107,50
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Соль йодированная 1 / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное	150	14,00	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	14005	Чай яблочный Яблоко свежее местное / Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	200	6,00	0,06	0,06	13,38	54,30
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	4,94	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			710	94,94	25,00	25,68	87,80	682,35
Итого ХЕ:					7,32			

Витаминизация (обед для обучающихся с ОВЗ 1-4 класс)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	18,01	0,30	0,23	7,73	34,19
Итого:			75	18,01	0,30	0,23	7,73	34,19
Итого ХЕ:					0,64			

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
Таб.№24/96	8612	Десерт фруктовый (арбуз) Арбуз св.	150	1,04	0,17	10,09	46,05
Таб.№24/96	9203	Дыня свежая Дыня св.	90	0,70	0,35	8,66	40,59

62/97	8332	Салат из свежей капусты Салат из свежей капусты: (Капуста свежая п/ф очищ. / Морковь свежая п/ф / Сахар песок / Масло растительное / Лимонная кислота / Соль йодированная 1 / Вода)	70	1,09	3,53	6,58	62,45
43/97	11525	Салат "Степной" Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Огурцы соленые / Горошек зеленый консервированный / Соус для детей от Злет в асс.	50	1,01	3,44	4,50	53,00
Первые блюда							
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная 1 / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная 1 / Томатная паста в асс. / Зелень	200	9,08	10,61	7,74	162,76
Вторые блюда							
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
376/96	9337	Поджарка из свинины Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс.	30/7,5	16,64	47,41	3,97	509,13
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная 1 / Вода / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	8,64	6,74	7,80	126,42
Гарниры и соусы							
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная 1 / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
465/96;511/3/04	254	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная 1	100	2,52	4,86	26,64	160,34
Третьи блюда							
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
Хлеб							
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
Мучные изделия							
№ 687/96	8985	Пирожок с картофелем Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода) / Фарш картофельный с луком: (Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная 1) / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее	50	3,35	1,89	22,39	119,97
687/96	9571	Пирожок с яблоками Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная 1 / Дрожжи прессованные / Вода) / Фарш яблочный: (Яблоко свежее / Сахар песок) / Мука в/с / Масло растительное / Яйцо свежее	50	3,07	1,24	24,94	123,20

Итого: 100,00

Зав.производство: Гилячева Г. Г.

Ответственный за качество
СанПиН 2.4.5.2.09-08



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

E-mail: eda0910@mail.ru