



## МЕНЮ

на 14.01.2025

МБУ "Лицей № 6"



Согласовано:  
Директор МБУ "Лицей № 6"

Мицук Е.Ю.

**Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОВЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 класс, 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
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным <small>Котлета куриная "Пожарская": (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)</small>	70/20	57,00	11,99	13,04	12,04	213,49
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные <small>Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная</small>	150	9,00	5,60	5,66	35,88	216,84
ТТК	13514	Чай ягодный <small>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок</small>	200	7,00	0,14	0,05	12,95	52,81
Пром	2398	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	60	5,68	4,56	0,48	29,52	140,64
<b>Итого:</b>			<b>500</b>	<b>78,68</b>	<b>22,29</b>	<b>19,23</b>	<b>90,39</b>	<b>623,78</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,53</b>			

**Завтрак 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
	5709	Огурец солёный <small>Огурцы соленые</small>	25	4,00	0,22	0,03	0,47	3,03
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" <small>Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное</small>	70	49,00	11,80	12,03	10,80	198,64
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные <small>Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная</small>	150	9,00	5,60	5,66	35,88	216,84
628/96г.	259	Чай с сахаром <small>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной) / Сахар песок</small>	200	5,00			14,97	66,18
ПП	420	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	30	3,10	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>			<b>475</b>	<b>70,10</b>	<b>19,90</b>	<b>17,95</b>	<b>76,88</b>	<b>555,02</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,41</b>			

**Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	5709	Огурец солёный <small>Огурцы соленые</small>	25	4,00	0,22	0,03	0,47	3,03
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" <small>Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное</small>	70	49,00	11,80	12,03	10,80	198,64
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные <small>Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная</small>	150	9,00	5,60	5,66	35,88	216,84
628/96г.	259	Чай с сахаром <small>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной) / Сахар песок</small>	200	5,00			14,97	66,18
ПП	420	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	30	3,10	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>			<b>475</b>	<b>70,10</b>	<b>19,90</b>	<b>17,95</b>	<b>76,88</b>	<b>555,02</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,41</b>			

**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
Таб. №24/96	2391	Огурец свежий <small>Огурец свежий</small>	30	12,84	0,21	0,03	0,58	3,43
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным <small>Котлета куриная "Пожарская": (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)</small>	70/20	57,00	11,99	13,04	12,04	213,49
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные <small>Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная</small>	150	9,00	5,60	5,66	35,88	216,84
ТТК	13514	Чай ягодный <small>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок</small>	200	7,00	0,14	0,05	12,95	52,81
Пром	2398	Хлеб пшеничный <small>Хлеб пшеничный</small>	60	5,68	4,56	0,48	29,52	140,64
<b>Итого:</b>			<b>530</b>	<b>91,52</b>	<b>22,50</b>	<b>19,26</b>	<b>90,97</b>	<b>627,21</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,58</b>			

**Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	2391	Огурец свежий <small>Огурец свежий</small>	30	12,84	0,21	0,03	0,58	3,43
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным <small>Котлета куриная "Пожарская": (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)</small>	70/20	57,00	11,99	13,04	12,04	213,49

469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,60	5,66	35,88	216,84
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
Пром	2398	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	60	5,68	4,56	0,48	29,52	140,64
<b>Итого:</b>			<b>530</b>	<b>91,52</b>	<b>22,50</b>	<b>19,26</b>	<b>90,97</b>	<b>627,21</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,58</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
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
401/96	6465	Гуляш из свинины (окорок) Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная	30/30	42,00	6,87	17,81	2,98	199,69
255/96, таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	14,00	5,85	4,06	26,43	165,66
698/97	261	Компот из яблок Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	14,00	0,18	0,18	28,40	115,94
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	2,10	1,52	0,16	9,84	46,88
<b>Итого:</b>			<b>580</b>	<b>87,10</b>	<b>25,73</b>	<b>31,69</b>	<b>83,45</b>	<b>721,89</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,95</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
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
401/96	6465	Гуляш из свинины (окорок) Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная	30/30	42,00	6,87	17,81	2,98	199,69
255/96, таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	14,00	5,85	4,06	26,43	165,66
698/97	261	Компот из яблок Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	14,00	0,18	0,18	28,40	115,94
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	2,10	1,52	0,16	9,84	46,88
<b>Итого:</b>			<b>580</b>	<b>87,10</b>	<b>25,73</b>	<b>31,69</b>	<b>83,45</b>	<b>721,89</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,95</b>			

**Обед 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
49/2013	8088	Салат "Ароматный" Салат "Ароматный": (Огурец свежий / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Вода / Лук репчатый п/ф / Лимонная кислота)	60	23,07	0,77	6,00	2,06	65,32
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
401/96	6465	Гуляш из свинины (окорок) Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная	30/30	42,00	6,87	17,81	2,98	199,69
255/96, таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	14,00	5,85	4,06	26,43	165,66
698/97	261	Компот из яблок Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	14,00	0,18	0,18	28,40	115,94
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	2,10	1,52	0,16	9,84	46,88
ТТК	19152	Рулет с маком Рулет с маком: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Мак семена / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло)	50	17,97	5,27	8,24	30,68	217,96
<b>Итого:</b>			<b>690</b>	<b>128,14</b>	<b>31,77</b>	<b>45,93</b>	<b>116,19</b>	<b>1 005,17</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>9,68</b>			

**Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОВЗ), для обучающихся с 1 по 4 класс, 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
49/2013	8088	Салат "Ароматный" Салат "Ароматный": (Огурец свежий / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Вода / Лук репчатый п/ф / Лимонная кислота)	60	23,07	0,77	6,00	2,06	65,32
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	15,00	11,31	9,48	15,80	193,72
401/96	6465	Гуляш из свинины (окорок) Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Мука в/с / Соль йодированная	30/30	42,00	6,87	17,81	2,98	199,69
255/96, таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная	100	14,00	5,85	4,06	26,43	165,66
698/97	261	Компот из яблок Яблоко свежее / Сахар песок / Лимонная кислота	200	14,00	0,18	0,18	28,40	115,94

пп	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	2,10	1,52	0,16	9,84	46,88
<b>Итого:</b>			<b>640</b>	<b>110,17</b>	<b>26,50</b>	<b>37,69</b>	<b>85,51</b>	<b>787,21</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>7,13</b>			

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
ТТК	20329	Салат Сельдь под шубой (филе) Яйцо свежее / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Свекла п/ф / Сельдь соленая / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф	50	1,22	5,70	3,23	69,12
ТТК	183	Яйцо под соусом с зеленым горошком Яйцо свежее / Горошек зеленый консервированный / Соус в ассортименте на основе растительного масла	0,5/10/10	3,30	9,03	1,51	100,51
63/2013г.	2001	Салат из моркови Солнышко (мандарины) Салат из моркови Солнышко (мандарины): (Морковь свежая п/ф / Мандарины свежие / Изюм / Сахар песок / Лимон свежий)	75	0,98	0,12	17,04	73,11
	11843	Салат из свежих фруктов (яблоко, груша) Яблоко свежее / Груша свежая / Сахар песок	60	0,23	0,20	15,63	65,24
<b>Первые блюда</b>							
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Лавровый лист	200	11,31	9,48	15,80	193,72
<b>Вторые блюда</b>							
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха, с маслом Пельмени МБ с курицей / Масло сливочное / Соль йодированная / Лавровый лист	150	20,21	13,70	34,10	342,00
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина, мясо птицы, хлеб) Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы, говядина) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	8,64	6,74	7,80	126,42
ТТК	20099	Поджарка из филе цыплят Котлетное мясо птицы / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	40/15	10,92	12,26	2,41	163,67
<b>Гарниры и соусы</b>							
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	6164	Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	200	7,76	5,99	49,44	282,71
<b>Третьи блюда</b>							
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	0,08	0,01	15,21	61,25
<b>Хлеб</b>							
пп	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	19152	Рулет с маком Рулет с маком: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Мак семена / Сахар песок / Масло растительное / Сахар песок / Сахарная пудра / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло	50	5,27	8,24	30,68	217,96
687/96	1038	Пирожок с яблоками Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Фарш яблочный: (Яблоко свежее / Сахар песок) / Мука в/с / Масло растительное	75	4,62	1,88	37,44	185,16

**Итого: 137,00**

Зав. производством Григорьева Г. Г.

Ответственный за качество  
СанПиН 2.4.1.301-05



*Маглова Т.В.*

Россия, 445043, Самарская обл. Еткульский район, д. Дрозды, ул. Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru