



Согласовано:
Директор МБУ "Лицей № 6"

Мицук Е.Ю.

МЕНЮ

на 14.09.2024

МБУ "Лицей № 6"

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 |
| 401/96 | 18931 | Гуляш из цыплят в томатном соусе Котлетное мясо птицы / Вода / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Сахар песок | 40/40 | 48,00 | 10,88 | 8,89 | 2,65 | 134,11 |
| 465/96;511/3/04 | 254 | Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная | 100 | 11,00 | 2,52 | 4,86 | 26,64 | 160,34 |
| 628/96г. | 259 | Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| ПП | 365 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 25 | 2,40 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |
| Итого: | | | 405 | 66,40 | 16,30 | 14,20 | 56,56 | 419,22 |
| Итого ХЕ: | | | | | 4,71 | | | |

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

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 401/96 | 18931 | Гуляш из цыплят в томатном соусе Котлетное мясо птицы / Вода / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Сахар песок | 40/40 | 48,00 | 10,88 | 8,89 | 2,65 | 134,11 |
| 465/96;511/3/04 | 254 | Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная | 100 | 11,00 | 2,52 | 4,86 | 26,64 | 160,34 |
| 628/96г. | 259 | Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| ПП | 365 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 25 | 2,40 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |
| Итого: | | | 405 | 66,40 | 16,30 | 14,20 | 56,56 | 419,22 |
| Итого ХЕ: | | | | | 4,71 | | | |

Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 401/96 | 18931 | Гуляш из цыплят в томатном соусе Котлетное мясо птицы / Вода / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Сахар песок | 40/40 | 48,00 | 10,88 | 8,89 | 2,65 | 134,11 |
| 465/96;511/3/04 | 254 | Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная | 100 | 11,00 | 2,52 | 4,86 | 26,64 | 160,34 |
| 628/96г. | 259 | Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| ПП | 365 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 25 | 2,40 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |
| Таб.24/96 | 9025 | Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие | 110 | 20,35 | 0,99 | 0,22 | 8,91 | 41,58 |
| Итого: | | | 515 | 86,75 | 17,29 | 14,42 | 65,47 | 460,80 |
| Итого ХЕ: | | | | | 5,46 | | | |

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

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|---|------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл |
| 401/96 | 18931 | Гуляш из цыплят в томатном соусе Котлетное мясо птицы / Вода / Томатная паста в асс. / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Сахар песок | 40/40 | 48,00 | 10,88 | 8,89 | 2,65 | 134,11 |
| 465/96;511/3/04 | 254 | Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная | 100 | 11,00 | 2,52 | 4,86 | 26,64 | 160,34 |
| 628/96г. | 259 | Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 5,00 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |
| ПП | 365 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 25 | 2,40 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 |
| Таб.24/96 | 9025 | Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие | 110 | 20,35 | 0,99 | 0,22 | 8,91 | 41,58 |
| Итого: | | | 515 | 86,75 | 17,29 | 14,42 | 65,47 | 460,80 |
| Итого ХЕ: | | | | | 5,46 | | | |

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 |
| Таб.№24/96 | 6114 | Огурец свежий Огурец свежий | 60 | 13,00 | 0,43 | 0,06 | 1,16 | 6,90 |
| 136/96 | 15775 | Суп картофельный с рисом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное | 200 | 16,00 | 8,56 | 7,98 | 17,14 | 174,63 |
| ТТК | 19854 | Котлеты Пикник Котлеты Пикник / Масло растительное | 50 | 32,00 | 5,20 | 14,80 | 5,20 | 174,80 |
| 469/96;516/3/04 | 1669 | Макаронны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 9,00 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |

| | | | | | | | | |
|------------------|------|---|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| №629/96 | 264 | Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий | 200 | 8,00 | 0,08 | 0,01 | 15,21 | 61,25 |
| пром | 2974 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 40 | 4,60 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 |
| Итого: | | | 700 | 82,60 | 22,96 | 27,46 | 94,41 | 716,63 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,87 | | | |

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 | Ккал |
| Таб.№24/96 | 6114 | Огурец свежий Огурец свежий | 60 | 13,00 | 0,43 | 0,06 | 1,16 | 6,90 |
| 136/96 | 15775 | Суп картофельный с рисом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное | 200 | 16,00 | 8,56 | 7,98 | 17,14 | 174,63 |
| ТТК | 19854 | Котлеты Пикник Котлеты Пикник / Масло растительное | 50 | 32,00 | 5,20 | 14,80 | 5,20 | 174,80 |
| 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 |
| №629/96 | 264 | Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий | 200 | 8,00 | 0,08 | 0,01 | 15,21 | 61,25 |
| пром | 2974 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 40 | 4,60 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 |
| Итого: | | | 700 | 82,60 | 22,96 | 27,46 | 94,41 | 716,63 |
| Итого ХЕ: | | | | | 7,87 | | | |

Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход гр. | Цена руб. | Пищевая ценность | | | |
|------------------|-----------|--|------------|---------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
| Таб.№24/96 | 6114 | Огурец свежий Огурец свежий | 60 | 13,00 | 0,43 | 0,06 | 1,16 | 6,90 |
| 136/96 | 15775 | Суп картофельный с рисом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное | 200 | 16,00 | 8,56 | 7,98 | 17,14 | 174,63 |
| ТТК | 19854 | Котлеты Пикник Котлеты Пикник / Масло растительное | 50 | 32,00 | 5,20 | 14,80 | 5,20 | 174,80 |
| 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 |
| №629/96 | 264 | Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий | 200 | 8,00 | 0,08 | 0,01 | 15,21 | 61,25 |
| пром | 2974 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 40 | 4,60 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 |
| Таб.№24/96 | 9384 | Десерт фруктовый (нектарин) Нектарин | 170 | 38,86 | 1,53 | | 17,85 | 77,52 |
| Итого: | | | 870 | 121,46 | 24,49 | 27,46 | 112,26 | 794,15 |
| Итого ХЕ: | | | | | 9,36 | | | |

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

| Сборник рецептур | Код блюда | Наименование | Выход | Пищевая ценность | | | |
|------------------------|-----------|--|-------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
| Холодные блюда | | | | | | | |
| Таб.№24/96 | 5362 | Десерт фруктовый (нектарин) Нектарин | 100 | 0,90 | | 10,50 | 45,60 |
| Таб.№24/96 | 1051 | Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 66,60 |
| ТТК | 7421 | Салат из морской капусты с яйцом Яйцо свежее / Горошек зеленый консервированный / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Лук репчатый п/ф / Капуста морская (сушеная) / Соль йодированная | 50 | 1,66 | 7,86 | 0,92 | 81,06 |
| ТТК | 1429 | Салат из свежей капусты со сладким перцем Капуста свежая п/ф очищ. / Перец болгарский св. / Лук репчатый п/ф / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Лимонная кислота | 100 | 1,78 | 4,06 | 9,54 | 81,82 |
| Первые блюда | | | | | | | |
| 136/96 | 15775 | Суп картофельный с рисом на кур.бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное | 200 | 8,56 | 7,98 | 17,14 | 174,63 |
| Вторые блюда | | | | | | | |
| ТТК | 18963 | Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное | 70 | 11,80 | 12,03 | 10,80 | 198,64 |
| 393/97 | 19902 | Изделие кулинарное мясное отварные рулетки Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетки Спагетти | 50 | 5,61 | 9,69 | 1,02 | 113,73 |
| ТТК | 6900 | Поджарка из свинины Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист | 40/10 | 8,81 | 25,69 | 1,81 | 273,69 |
| Гарниры и соусы | | | | | | | |
| 470/96 | 252 | Картофель отварной (масло сл) Картофель п/ф / Масло сливочное / Соль йодированная | 100 | 2,03 | 2,94 | 16,35 | 99,98 |
| 469/96;516/3/04 | 1669 | Макаронные отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная | 150 | 5,65 | 4,29 | 36,02 | 205,29 |
| Третьи блюда | | | | | | | |
| 628/96г. | 259 | Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок | 200 | 1,00 | 0,26 | 14,97 | 66,18 |

Хлеб

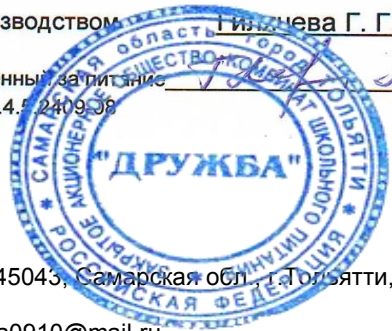
| | | | | | | | |
|-----------------------|-------|--|----|------|------|-------|--------|
| пром | 2974 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,76 |
| Мучные изделия | | | | | | | |
| №627/13 | 13477 | Булочка с повидлом Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Повидло в асс. / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин | 50 | 4,27 | 2,87 | 33,25 | 175,91 |
| ТТК | 175 | Плюшка Московская Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное | 50 | 4,25 | 3,19 | 31,17 | 170,39 |

Итого: 130,00

Зав.производством Гришчева Г. Г.

Ответственный за качество
СанПин 2.4. 2409-08

Матова Т. В.



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

E-mail: eda0910@mail.ru