



МЕНЮ

на 19.11.2024

МБУ "Лицей № 6"



Согласовано:
Директор МБУ "Лицей № 6"

Мицук Е.Ю.

**Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОБЗ 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
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	10,00	0,53	0,07	1,13	7,27
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетики Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетики Спагетти	50	42,00	5,61	9,69	1,02	113,73
469/96;516/3/04	1669	Макароны 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	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,58	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			510	74,58	15,67	14,46	77,98	504,74
Итого ХЕ:					6,50			

**Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11
класс, обучающихся с ОБЗ с 5 по 11 класс**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб №24/96	1894	Огурец соленый Огурцы соленые	30	5,00	0,27	0,03	0,57	3,63
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетики Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетики Спагетти	50	42,00	5,61	9,69	1,02	113,73
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,40	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			480	66,40	15,33	14,41	77,18	506,03
Итого ХЕ:					6,43			

**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
Таб №24/96	1894	Огурец соленый Огурцы соленые	30	5,00	0,27	0,03	0,57	3,63
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетики Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетики Спагетти	50	42,00	5,61	9,69	1,02	113,73
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	9,00	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00			14,97	66,18
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,40	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			480	66,40	15,33	14,41	77,18	506,03
Итого ХЕ:					6,43			

**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	6114	Огурец свежий Огурец свежий	60	22,17	0,43	0,06	1,16	6,90
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетики Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетики Спагетти	50	42,00	5,61	9,69	1,02	113,73
469/96;516/3/04	1669	Макароны 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	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,58	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого:			510	86,75	15,57	14,45	78,01	504,37
Итого ХЕ:					6,50			

**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	6114	Огурец свежий Огурец свежий	60	22,17	0,43	0,06	1,16	6,90
393/97	19902	Изделие кулинарное мясное отварные рулетики Спагетти Изделие кулинарное мясное Рулетики Спагетти	50	42,00	5,61	9,69	1,02	113,73
469/96;516/3/04	1669	Макароны 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	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	5,58	3,80	0,40	24,60	117,20

Итого: 510 86,75 15,57 14,45 78,01 504,37
Итого ХЕ: 6,50

Витаминизация

Завтрак бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс; ОБЗ с 1 по 4 класс; для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции; Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак); Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	20278	Батончик Корнлайн зерновой 30 гр. в асс Батончик Корнлайн 30 гр. в асс.(1/18)	30	19,81	1,80	6,60	18,60	141,00

Итого: 30 19,81 1,80 6,60 18,60 141,00
Итого ХЕ: 1,55

Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОБЗ с 5 по 11 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	19,00	1,66	4,06	11,02	87,26
403/96	19022	Плов из говядины Вода / П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый	125	53,00	10,11	10,76	26,76	244,35
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00			14,97	66,18
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,60	1,90	0,20	12,30	58,60

Итого: 550 79,60 13,67 15,02 65,05 456,39
Итого ХЕ: 5,42

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
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	19,00	1,66	4,06	11,02	87,26
403/96	19022	Плов из говядины Вода / П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый	125	53,00	10,11	10,76	26,76	244,35
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00			14,97	66,18
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,60	1,90	0,20	12,30	58,60

Итого: 550 79,60 13,67 15,02 65,05 456,39
Итого ХЕ: 5,42

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	Ккалл
Таб.№24/96	2522	Помидор свежий Помидор свежий	50	17,03	0,56	0,10	1,94	10,90
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	19,00	1,66	4,06	11,02	87,26
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00			14,97	66,18
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,60	1,90	0,20	12,30	58,60
Таб.№24/96	2549	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	100	21,83	1,50	0,50	21,00	94,50

Итого: 575 65,46 5,62 4,86 61,23 317,44
Итого ХЕ: 5,10

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОБЗ), для обучающихся с 1 по 4 класс, 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
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	19,00	1,66	4,06	11,02	87,26
403/96	19022	Плов из говядины Вода / П/ф мясной крупнокусковой б/к из говядины категории А / Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый	125	53,00	10,11	10,76	26,76	244,35
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00			14,97	66,18
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,60	1,90	0,20	12,30	58,60

Таб.№24/96	2549	Десерт фруктовый (банан) Бананы свежие	100	21,83	1,50	0,50	21,00	94,50
------------	------	---	-----	-------	------	------	-------	-------

Итого: 650 101,43 15,17 15,52 86,05 550,89
Итого ХЕ: 7,17

Витаминизация

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену; для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции (первая смена); ОВЗ с 1 по 4 класс; Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах из многодетных семей, обучающихся во вторую смену (обед); Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции (вторая смена)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	19947	Сок Сады Придонья в асс.125гр. Сок Сады Придонья яблочный 0,125л	125	19,81			14,75	59,00

Итого: 125 19,81 1,23 14,75 59,00
Итого ХЕ:

Раздача свободного выбора блюд за счет родительских средств

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал

Холодные блюда

ТТК	20329	Салат Сельдь под шубой (филе) Яйцо свежее / Сельдь соленая / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Свекла п/ф / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф	50	1,22	5,70	3,23	69,12
	20086	Салат Арагонский (изд.мясо прес,помид,капуста пек,яйцо,маслины) Яйцо свежее / Помидор свежий / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Капуста пекинская / Масло растительное // Соль йодированная	50	1,71	5,06	0,98	56,28
№203/96	3745	Тыква отварная с сахаром Тыква / Сахар песок / Соль йодированная	100/5	1,72	0,17	12,56	58,65
Таб.№24/96	1051	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	66,60

Первые блюда

110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс. / Сахар песок / Соль йодированная / Морковь свежая п/ф / Зелень / Лимонная кислота / Лавровый лист	200	1,66	4,06	11,02	87,26
--------	-----	---	-----	------	------	-------	-------

Вторые блюда

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
436/96	15458	Цыпленок запеченный Цыпленок бройлер. 1кат. / Соль йодированная / Масло растительное	75	17,67	18,21		234,59
376/96	16864	Поджарка из свинины Свинина б/к (карбонад) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста в асс.	30/7,5	0,24	3,52	1,20	37,39

Гарниры и соусы

200/96	16303	Картофель отварной Картофель п/ф	150	3,10	0,62	25,27	119,04
469/96	6164	Макаронные изделия Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	200	7,76	5,99	49,44	282,71

Третьи блюда

628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
----------	-----	---	-----	--	--	-------	-------

Хлеб

ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32
----	-----	----------------------------------	----	------	------	-------	-------

Мучные изделия

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
ТТК	5295	Булочка с маком Булочка с маком: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное / Мак семена)	50	4,31	1,87	29,72	152,95

Итого: 130,00

Зав.производством: Гинзбург Г. Г.

Ответственный за питание: Манюва Т.В.
СанПиН 2.4.5.2406.08



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

E-mail: eda0910@mail.ru