



Согласовано:
Директор МБУ "Лицей № 6"

Мицук Е.Ю.

МЕНЮ

на 10.03.2020

МБУ "Лицей № 6"

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Завтрак 1 (с 7 до 11 лет)								
Таб.№24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко)	90	10,00	0,36	0,36	10,17	45,36
Таб №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.)	20/20	16,00	6,97	6,53	12,99	138,61
табл 4/94	1314	Каша молочная рисовая с маслом	150/5	16,00	4,51	5,80	29,75	189,24
642/96	9136	Какао с молоком	160	12,00	3,09	3,36	20,62	125,08
Итого:				54,00	14,93	16,05	73,53	498,29

Завтрак 2 (с 11 лет и старше)								
Таб.№24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко)	90	10,00	0,36	0,36	10,17	45,36
Таб №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.)	20/20	16,00	6,97	6,53	12,99	138,61
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	20,00	6,00	7,51	39,54	249,75
642/96	9136	Какао с молоком	160	12,00	3,09	3,36	20,62	125,08
Итого:				58,00	16,42	17,76	83,32	558,80

Обед 1 (с 7 до 11 лет)								
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне	200	9,00	11,31	9,48	15,80	193,72
ТТК	1120	Котлета Пожарская из цыплят	55	25,00	13,60	18,17	13,00	269,93
472/96	549	Картофельное пюре	150	18,00	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	11692	Компот из ягод (смесь)	160	7,00	0,21	0,08	20,70	84,36
ПП	17037	Хлеб Городской	35	3,00	2,45	0,39	15,16	73,89
Итого:				62,00	30,87	33,09	86,71	768,16

Обед 2 (с 11 лет и старше)								
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне	200	9,00	11,31	9,48	15,80	193,72
ТТК	1120	Котлета Пожарская из цыплят	55	25,00	13,60	18,17	13,00	269,93
472/96	549	Картофельное пюре	150	18,00	3,30	4,98	22,06	146,26
ТТК	11692	Компот из ягод (смесь)	160	7,00	0,21	0,08	20,70	84,36
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте	35	6,00	1,64	5,74	14,41	115,86
ПП	17037	Хлеб Городской	35	3,00	2,45	0,39	15,16	73,89
Итого:				68,00	32,51	38,83	101,12	884,02

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность				
				Белки	Жиры	Углеводь	Ккалл	
Раздача свободного выбора с 1-м блюдом								
Холодные блюда								
13/2004	13731	Салат зелёный	40	0,65	0,99	0,20	12,32	
ТТК	7094	Салат из свежих фруктов (яблоко.апельс.)	50	0,36	0,15	14,63	61,31	
124 Тольятти 2013	7848	Салат из крабовых палочек с рисом	40	1,64	6,30	3,01	75,30	
Таб.№24/96	12751	Десерт фруктовый (киви)	50	0,40	0,20	4,05	19,60	
ТТК	16374	Салат из моркови с капустой брокколи	50	0,40	0,03	2,13	10,41	
Таб.№24/96	5968	Огурец свежий	40	0,29	0,04	0,78	4,64	
Первые блюда								
138/96	15249	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне	200	11,31	9,48	15,80	193,72	
Вторые блюда								
401/96	16668	Гуляш из свинины (карбонат)	30/30	0,44	3,04	2,52	39,19	
№2 от 07.10.2019г.	17135	Голубцы ленивые куриные	50	6,20	7,58	3,10	105,40	
ТТК	1120	Котлета Пожарская из цыплят	55	13,60	18,17	13,00	269,93	
Гарниры и соусы								
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29	
465/96;511/3/0 4	254	Рис отварной	100	2,52	4,86	26,64	160,34	
Третьи блюда								
628/96	10781	Чай с сахаром	160	0,80	0,20	13,47	58,92	
Хлеб								
ПП	17090	Хлеб Городской	30	2,10	0,33	12,99	63,33	
Мучные изделия								
693/96	13764	Шанежка со сметаной	50	3,09	6,26	23,08	161,02	
№775/04	278	Булочка Российская	60	4,54	5,28	36,87	213,16	
ТТК	1202	Булочка Десертная (повидло)	50	3,90	3,72	32,17	177,76	
Итого:				76,00				

Зав.производством Гилячева Г. Г.

Ответственный за питание _____ / _____ /
СанПиН 2.4.5.2409-08

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

E-mail: eda0910@mail.ru