



Согласовано:  
Директор МБУ "Лицей № 6"

Мицук Е.Ю.

## МЕНЮ

на 19.10.2023

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	7953	Помидор свежий Помидор свежий	55	12,00	0,62	0,11	2,13	11,99
	19967	Гуляш из филе куриного в молочном соусе Гуляш из филе куриного в молочном соусе: (Котлетное мясо птицы / Соус молочный: (Молоко / Вода / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное / Соль йодированная)	30/30	38,00	7,91	8,02	2,35	113,24
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
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	3,80	2,66	0,28	17,22	82,04
<b>Итого:</b>			<b>500</b>	<b>67,80</b>	<b>17,84</b>	<b>12,96</b>	<b>72,69</b>	<b>478,73</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>6,06</b>			

### Витаминация

(Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс),  
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
ТТК	19930	Сок ФН Малышам Сок ФН Малышам 0,125л в асс.	125	18,01			14,00	56,00
<b>Итого:</b>			<b>125</b>	<b>18,01</b>			<b>14,00</b>	<b>56,00</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>1,17</b>			

### 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
Табл №24/94	10114	Помидор свежий Помидор свежий	35	8,00	0,39	0,07	1,36	7,63
	19967	Гуляш из филе куриного в молочном соусе Гуляш из филе куриного в молочном соусе: (Котлетное мясо птицы / Соус молочный: (Молоко / Вода / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное / Соль йодированная)	30/30	38,00	7,91	8,02	2,35	113,24
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
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	3,80	2,66	0,28	17,22	82,04
<b>Итого:</b>			<b>480</b>	<b>63,80</b>	<b>17,61</b>	<b>12,92</b>	<b>71,92</b>	<b>474,37</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,99</b>			

### 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
Табл №24/94	10114	Помидор свежий Помидор свежий	35	8,00	0,39	0,07	1,36	7,63
	19967	Гуляш из филе куриного в молочном соусе Гуляш из филе куриного в молочном соусе: (Котлетное мясо птицы / Соус молочный: (Молоко / Вода / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное / Соль йодированная)	30/30	38,00	7,91	8,02	2,35	113,24
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
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	5,00	1,00	0,26	14,97	66,18
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	3,80	2,66	0,28	17,22	82,04
<b>Итого:</b>			<b>480</b>	<b>63,80</b>	<b>17,61</b>	<b>12,92</b>	<b>71,92</b>	<b>474,37</b>
<b>Итого ХЕ:</b>					<b>5,99</b>			

### 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
Таб.№24/96	7953	Помидор свежий Помидор свежий	55	12,00	0,62	0,11	2,13	11,99
	19967	Гуляш из филе куриного в молочном соусе Гуляш из филе куриного в молочном соусе: (Котлетное мясо птицы / Соус молочный: (Молоко / Вода / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная) / Масло растительное / Соль йодированная)	30/30	38,00	7,91	8,02	2,35	113,24
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
ТТК	19093	Морс черносмородиновый (концентрат) Вода / Концентрат черносмор.	200	16,06			16,50	66,00
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	3,80	2,66	0,28	17,22	82,04

		Хлеб пшеничный							
--	--	----------------	--	--	--	--	--	--	--

Итого: 500 78,86 16,84 12,70 74,22 478,56  
Итого ХЕ: 6,18

**Витаминизация**

(Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс),  
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
ТТК	19930	Сок ФН Малышам Сок ФН Малышам 0,125л в асс.	125	18,01			14,00	56,00

Итого: 125 18,01 1,17 14,00 56,00  
Итого ХЕ:

## Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Табл №24/94	10114	Помидор свежий Помидор свежий	35	7,54	0,39	0,07	1,36	7,63
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	18,00	8,70	9,56	9,46	158,72
416/96	9868	Котлета рубленая из свинины (околока) запеченая Свинина б/к (околока) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	38,00	6,54	13,45	7,80	178,41
ТТК	15260	Каша перловая с овощами Вода / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	12,00	3,65	15,41	25,18	254,04
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	4,40	3,80	0,40	24,60	117,20
№ 687/96	8985	Пирожок с картофелем Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / : (Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная) / Мука в/с / Масло растительное	50	8,00	3,35	1,89	22,39	119,97
<b>Итого:</b>			735	94,94	26,51	40,79	106,01	897,23
<b>Итого ХЕ:</b>					8,83			

## 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
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	18,00	8,70	9,56	9,46	158,72
416/96	9868	Котлета рубленая из свинины (околока) запеченая Свинина б/к (околока) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	38,00	6,54	13,45	7,80	178,41
ТТК	15260	Каша перловая с овощами Вода / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	12,00	3,65	15,41	25,18	254,04
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	4,40	3,80	0,40	24,60	117,20
<b>Итого:</b>			650	79,40	22,77	38,83	82,26	769,63
<b>Итого ХЕ:</b>					6,85			

## 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
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	18,00	8,70	9,56	9,46	158,72
416/96	9868	Котлета рубленая из свинины (околока) запеченая Свинина б/к (околока) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	38,00	6,54	13,45	7,80	178,41
ТТК	15260	Каша перловая с овощами Вода / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	12,00	3,65	15,41	25,18	254,04
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	4,40	3,80	0,40	24,60	117,20
<b>Итого:</b>			650	79,40	22,77	38,83	82,26	769,63
<b>Итого ХЕ:</b>					6,85			

## 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
Табл №24/94	10114	Помидор свежий Помидор свежий	35	7,54	0,39	0,07	1,36	7,63
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	18,00	8,70	9,56	9,46	158,72
416/96	9868	Котлета рубленая из свинины (околока) запеченая Свинина б/к (околока) / Вода / Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная	50	38,00	6,54	13,45	7,80	178,41
ТТК	15260	Каша перловая с овощами Вода / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	12,00	3,65	15,41	25,18	254,04
№629/96	264	Чай лимонный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий	200	7,00	0,08	0,01	15,21	61,25
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	4,40	3,80	0,40	24,60	117,20
№ 687/96	8985	Пирожок с картофелем Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / : (Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная) / Мука в/с / Масло растительное	50	8,00	3,35	1,89	22,39	119,97
<b>Итого:</b>			735	94,94	26,51	40,79	106,01	897,23
<b>Итого ХЕ:</b>					8,83			

**Витаминизация**

(Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс),  
Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей)  
которых относится к категории лиц, принимающих участие в специальной военной  
операции)

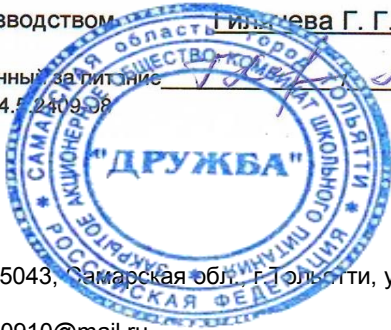
Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	19930	Сок ФН Малышам Сок ФН Малышам 0,125л в асс.	125	18,01			14,00	56,00
<b>Итого:</b>			125	18,01			14,00	56,00
<b>Итого ХЕ:</b>					1,17			

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
36/97	15255	Салат из свежих огурцов с соусом Огурец свежий / Соус для детей от 3лет в асс. / Соль йодированная	75	0,23	6,25	0,39	58,72
42/97	10364	Салат из свежих помидоров со сладким перцем Помидор свежий / Перец болгарский / : (Вода / Масло растительное / Сахар песок / Лимонная кислота / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Соль йодированная	80	0,94	4,08	4,43	58,20
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
ТТК	12113	Салат из свежих фруктов (яблоко,груша) Яблоко свежее / Груша свежая / Сахар песок	80	0,27	0,24	26,74	110,20
<b>Первые блюда</b>							
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне Бульон куриный: (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист	200	8,70	9,56	9,46	158,72
<b>Вторые блюда</b>							
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное	70	11,80	12,03	10,80	198,64
401/96	12834	Гуляш из свинины (окорок) Свинина б/к (окорок) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	40/40	1,50	6,03	3,78	75,44
ТТК	19054	Голубцы ленивые мясные с рисом,с соусом томат. Яйцо свежее / Капуста свежая п/ф очищ. / 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) / Фарш Особый п/ф замороженный (мясо птицы,говядина) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Рис	60/30	2,58	6,85	7,18	100,71
<b>Гарниры и соусы</b>							
465/96;511/3/04	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,84	5,62	40,05	226,14
469/96;516/3/04	1669	Макаронны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
<b>Третьи блюда</b>							
628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	1,00	0,26	14,97	66,18
<b>Хлеб</b>							
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
<b>Мучные изделия</b>							
№ 687/96	8985	Пирожок с картофелем Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / : (Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная) / Мука в/с / Масло растительное	50	3,35	1,89	22,39	119,97
687/96	8982	Пирожок с капустой и яйцом Тесто дрожжевое: (Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Фарш из свежей капусты с яйцом: (Яйцо свежее / Капуста свежая п/ф очищ. / Масло растительное / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Масло растительное) / Мука в/с / Масло растительное	50	3,67	2,77	20,91	123,25
<b>Итого:</b>			130,00				

Зав.производством Гильяева Г. Г.

Ответственный за тип. лист  
СанПиН 2.4.1.2409-08



*Матюва Т.В.*

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

E-mail: eda0910@mail.ru