



Согласовано:  
 Директор ГБОУ СО "Лицей № 67  
 Базовая школа РАН!"  
 Козырева Л. А.

## МЕНЮ

на 21.05.2021

ГБОУ СО "Лицей № 57 (Базовая школа РАН)"

### Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (за исключением ОВЗ)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом <i>Рис / Молоко / Сахар песок / Соль йодированная / Масло сливочное</i>	200/5	21,00	6,00	7,51	39,54	249,75
ТТК	12114	Пицца с ветчиной с соусом <i>Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Ветчина / Сыр / Яйцо свежее / Масло растительное / Томатная паста / Соус майонезный</i>	50	22,00	5,66	11,69	15,64	190,41
628/96	10781	Чай с сахаром <i>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода</i>	160	3,00	0,80	0,20	13,47	58,92
Таб.24/96	5224	Десерт фруктовый (апельсин) <i>Апельсины свежие</i>	80	13,10	0,72	0,16	6,48	30,24
<b>Итого:</b>				<b>59,10</b>	<b>13,18</b>	<b>19,56</b>	<b>75,13</b>	<b>529,32</b>

### Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 1 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом <i>Рис / Молоко / Сахар песок / Соль йодированная / Масло сливочное</i>	200/5	21,00	6,00	7,51	39,54	249,75
ТТК	12114	Пицца с ветчиной с соусом <i>Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Ветчина / Сыр / Яйцо свежее / Масло растительное / Томатная паста / Соус майонезный</i>	50	22,00	5,66	11,69	15,64	190,41
628/96	10781	Чай с сахаром <i>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода</i>	160	3,00	0,80	0,20	13,47	58,92
Таб.№24/96	5625	Десерт фруктовый (апельсин) <i>Апельсины свежие</i>	70	11,00	0,63	0,14	5,67	26,46
<b>Итого:</b>				<b>57,00</b>	<b>13,09</b>	<b>19,54</b>	<b>74,32</b>	<b>525,54</b>

### Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб 24/96	6357	Каша молочная рисовая с маслом <i>Рис / Молоко / Сахар песок / Соль йодированная / Масло сливочное</i>	200/5	21,00	6,00	7,51	39,54	249,75
ТТК	12114	Пицца с ветчиной с соусом <i>Тесто дрожжевое простое для пирожков печеных: (Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода) / Ветчина / Сыр / Яйцо свежее / Масло растительное / Томатная паста / Соус майонезный</i>	50	22,00	5,66	11,69	15,64	190,41
628/96	10781	Чай с сахаром <i>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода</i>	160	3,00	0,80	0,20	13,47	58,92
Таб.№24/96	5625	Десерт фруктовый (апельсин) <i>Апельсины свежие</i>	70	11,00	0,63	0,14	5,67	26,46
<b>Итого:</b>				<b>57,00</b>	<b>13,09</b>	<b>19,54</b>	<b>74,32</b>	<b>525,54</b>

### Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 1 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	15810	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне <i>Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне: (Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Петрушка п/ф / Соль йодированная / Томатная паста / Зелень)</i>	200/5	16,00	9,24	11,36	8,08	171,56
ТТК	13272	Медальоны из куриного филе <i>Филе Медальон / Масло растительное</i>	55	40,00	0,95	3,58	0,73	38,91
465/96;511/3/0 4	254	Рис отварной <i>Рис / Масло растительное / Соль йодированная</i>	100	8,00	2,52	4,86	26,64	160,34
628/96	10781	Чай с сахаром <i>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода</i>	160	3,00	0,80	0,20	13,47	58,92
пп	365	Хлеб пшеничный <i>Хлеб пшеничный</i>	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60
пп	1561	Хлеб ржаной <i>Хлеб ржаной</i>	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,57
<b>Итого:</b>				<b>71,00</b>	<b>17,11</b>	<b>20,53</b>	<b>71,17</b>	<b>537,89</b>

### Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
	15810	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на курином бульоне <i>Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне: (Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Петрушка п/ф / Соль йодированная / Томатная паста / Зелень)</i>	200/5	16,00	9,24	11,36	8,08	171,56
ТТК	13272	Медальоны из куриного филе <i>Филе Медальон / Масло растительное</i>	55	40,00	0,95	3,58	0,73	38,91
465/96;511/3/0 4	254	Рис отварной <i>Рис / Масло растительное / Соль йодированная</i>	100	8,00	2,52	4,86	26,64	160,34
628/96	10781	Чай с сахаром <i>Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода</i>	160	3,00	0,80	0,20	13,47	58,92
пп	365	Хлеб пшеничный <i>Хлеб пшеничный</i>	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60
пп	1561	Хлеб ржаной <i>Хлеб ржаной</i>	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,57
<b>Итого:</b>				<b>71,00</b>	<b>17,11</b>	<b>20,53</b>	<b>71,17</b>	<b>537,89</b>

**Раздача свободного выбора без 1-го блюда за счет родительских средств**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
Таб.24/96	5224	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	80	0,72	0,16	6,48	30,24
ТТК	17947	Морковь по-корейски Морковь по-корейски (мытая): (Морковь свежая мытая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Чеснок / Лимонная кислота / Перец черный молотый /)	60	0,36	5,44	2,86	61,81
Таб.№24/96	1043	Помидор свежий Помидор свежий	40	0,45	0,08	1,55	8,72
Таб.№24/96	5968	Огурец свежий Огурец свежий	40	0,29	0,04	0,78	4,64
<b>Вторые блюда</b>							
ТТК	14222	Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ. Блинчики с пылу с жару п/ф / Молоко сгущенное	135/15	8,38	2,64	59,71	296,10
Таб№17/96	13908	Филе куриное отварное Филе куриное охл. / Соль йодированная / Перец черный молотый	40	7,90	7,07	7,02	123,31
455/96	16698	Котлета натуральная из филе цыплят Филе куриное зам. / Сухари панировочные / Яйцо свежее / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый	50	12,12	7,11	4,27	129,59
423/96	1186	Тефтели с соусом (говядина, курица, рис) Фарш п/ф (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Лавровый лист / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Перец черный молотый) / Соль йодированная / Масло растительное / Масло сливочное / Вода	60/30	8,67	13,27	8,35	187,51
401/96	6465	Гуляш из свинины (окорок) Свинина окорок б/к / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная / Перец черный молотый	30/30	6,87	17,81	2,98	199,69
<b>Гарниры и соусы</b>							
464/96	1958	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Соль йодированная / Масло сливочное / Вода	100	3,05	3,33	14,75	101,17
465/96;511/3/0 4	254	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	2,52	4,86	26,64	160,34
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
<b>Третьи блюда</b>							
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	0,80	0,20	13,47	58,92
<b>Хлеб</b>							
Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	3147	Булочка Золотистая Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Молоко / Повидло / Масло сливочное / Масло растительное / Мука в/с / Сахар песок	50	4,18	4,19	30,19	175,19
ТТК	14022	Бисквит Бисквит (маффинмикс): (Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Вода / Яйцо свежее / Сахарная пудра)	30	1,91	0,92	18,06	88,16
ТТК	14053	Бантик с фруктовой начинкой Бантик с фруктовой начинкой Веста: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / / Масло растительное / Соль йодированная / Вода / Начинка термост.Веста в асс. / Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное / Яйцо свежее / Масло растительное / Дрожжи прессованные)	30	2,42	1,30	18,04	93,54
<b>Итого:</b>			<b>71,00</b>				

**Раздача свободного выбора с 1-м блюдом за счет родительских средств**

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
Таб.24/96	5224	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие	80	0,72	0,16	6,48	30,24
ТТК	17947	Морковь по-корейски Морковь по-корейски (мытая): (Морковь свежая мытая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Чеснок / Лимонная кислота / Перец черный молотый /)	60	0,36	5,44	2,86	61,81
Таб.№24/96	1043	Помидор свежий Помидор свежий	40	0,45	0,08	1,55	8,72
Таб.№24/96	5968	Огурец свежий Огурец свежий	40	0,29	0,04	0,78	4,64
<b>Первые блюда</b>							
120/96	15250	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) / Лавровый лист / Соль йодированная / Томатная паста / Зелень	200	9,08	10,61	7,74	162,76
<b>Вторые блюда</b>							
Таб№17/96	13908	Филе куриное отварное Филе куриное охл. / Соль йодированная / Перец черный молотый	40	7,90	7,07	7,02	123,31
455/96	16698	Котлета натуральная из филе цыплят Филе куриное зам. / Сухари панировочные / Яйцо свежее / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый	50	12,12	7,11	4,27	129,59
423/96	1186	Тефтели с соусом (говядина, курица, рис) Фарш п/ф (мясо птицы, говядина) / Лук репчатый п/ф / Мука в/с / Лавровый лист / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Перец черный молотый) / Соль йодированная / Масло растительное / Масло сливочное / Вода	60/30	8,67	13,27	8,35	187,51
401/96	6465	Гуляш из свинины (окорок) Свинина окорок б/к / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Мука в/с / Соль йодированная / Перец черный молотый	30/30	6,87	17,81	2,98	199,69

**Гарниры и соусы**

464/96	1958	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Соль йодированная / Масло сливочное / Вода	100	3,05	3,33	14,75	101,17
--------	------	---	-----	------	------	-------	--------

465/96;511/3/0 4	254	<b>Рис отварной</b> Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	2,52	4,86	26,64	160,34
469/96;516/3/0 4	1669	<b>Макаронные изделия</b> Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
<b>Третьи блюда</b>							
628/96	10781	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	0,80	0,20	13,47	58,92
<b>Хлеб</b>							
ПП	365	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
<b>Мучные изделия</b>							
ТТК	14053	<b>Бантик с фруктовой начинкой</b> Бантик с фруктовой начинкой Веста: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / / Масло растительное / Соль йодированная / Вода / Начинка термост.Веста в асс. / Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное / Яйцо свежее / Масло растительное / Дрожжи прессованные)	30	2,42	1,30	18,04	93,54
ТТК	14022	<b>Бисквит</b> Бисквит (маффинмикс): (Смесь сухая Маффинмикс 25 в ассортименте / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Вода / Яйцо свежее / Сахарная пудра)	30	1,91	0,92	18,06	88,16

**Итого: 80,00**

Зав.производством Ахмедова Светлана Михайловна

Ответственный за питание Убасиф Бондусь Н.А.  
СанПиН 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ЗАО КШП "Дружба" / Солоднева Т.В.

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

E-mail: eda0910@mail.ru

