



# МЕНЮ

на 15.09.2021

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 №25/96	4937	Сыр порционный Сыр	10	8,00	2,44	3,10		37,66
ТТК	6902	Запеканка творожная с крошкой с повидлом Повидло / Запеканка творожная с крошкой: (Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / творог / Крупя манная / Яйцо свежее)	100/10	43,00	13,93	15,50	36,98	343,14
ТТК	9070	Чай ягодный замороженная (смесь) Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Ягода замороженная (смесь) / Вода	160	5,10	0,11	0,04	10,55	43,00
ПП	13286	Батон в ассортименте Батон	30	3,00	2,25	0,87	15,42	78,51
<b>Итого:</b>				<b>59,10</b>	<b>18,73</b>	<b>19,51</b>	<b>62,95</b>	<b>502,31</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 №25/96	4937	Сыр порционный Сыр	10	8,00	2,44	3,10		37,66
ТТК	6902	Запеканка творожная с крошкой с повидлом Повидло / Запеканка творожная с крошкой: (Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / творог / Крупя манная / Яйцо свежее)	100/10	43,00	13,93	15,50	36,98	343,14
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	3,00	0,80	0,20	13,47	58,92
ПП	13286	Батон в ассортименте Батон	30	3,00	2,25	0,87	15,42	78,51
<b>Итого:</b>				<b>57,00</b>	<b>19,42</b>	<b>19,67</b>	<b>65,87</b>	<b>518,23</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 №25/96	4937	Сыр порционный Сыр	10	8,00	2,44	3,10		37,66
ТТК	6902	Запеканка творожная с крошкой с повидлом Повидло / Запеканка творожная с крошкой: (Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / творог / Крупя манная / Яйцо свежее)	100/10	43,00	13,93	15,50	36,98	343,14
628/96	10781	Чай с сахаром Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Вода	160	3,00	0,80	0,20	13,47	58,92
ПП	13286	Батон в ассортименте Батон	30	3,00	2,25	0,87	15,42	78,51
<b>Итого:</b>				<b>57,00</b>	<b>19,42</b>	<b>19,67</b>	<b>65,87</b>	<b>518,23</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
Таб.№24/96	6261	Огурец свежий Огурец свежий	20	3,00	0,14	0,02	0,39	2,30
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Сливочный жир) / Заварка / Вода	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Свинина окорок б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	30/150	43,00	10,41	21,54	40,10	395,90
646/96	8704	Напиток из апельсинов Апельсины свежие / Сахар песок / Вода	160	6,00	0,16	0,04	20,59	83,36
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,68	93,76
<b>Итого:</b>				<b>71,00</b>	<b>15,41</b>	<b>25,98</b>	<b>91,78</b>	<b>662,58</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
Таб.№24/96	6261	Огурец свежий Огурец свежий	20	3,00	0,14	0,02	0,39	2,30
110/96	168	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне Свекла п/ф / Капуста свежая п/ф очищ. / Томатная паста / Сахар песок / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лавровый лист / Лимонная кислота / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Сливочный жир) / Заварка / Вода	200	16,00	1,66	4,06	11,02	87,26
№ 403/96	1144	Плов из свинины (окорок) Свинина окорок б/к / Лавровый лист / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Рис / Соль йодированная / Томатная паста / Масло растительное / Перец черный молотый	30/150	43,00	10,41	21,54	40,10	395,90
646/96	8704	Напиток из апельсинов Апельсины свежие / Сахар песок / Вода	160	6,00	0,16	0,04	20,59	83,36

пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,68	93,76
<b>Итого:</b>				<b>71,00</b>	<b>15,41</b>	<b>25,98</b>	<b>91,78</b>	<b>662,58</b>

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
125/2013	18424	Салат из крабовых палочек с капустой (молодая) Вода / Крабовые палочки / Кукуруза консервированная / Лимонная кислота / Лук репчатый п/ф / Соус Юса для летей / Яйцо свежее / Капуста молодая	40	2,70	1,23	1,79	29,05
	9386	Салат из свежих помидоров с луком Салат из свежих помидоров с луком (заправка): (Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Перец черный молотый / Соль йодированная / Лимонная кислота))	50	0,57	2,55	2,82	36,51
36/97	5934	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Огурец свежий / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Перец черный молотый / Соль йодированная / Лимонная кислота)	50	0,29	2,52	1,29	29,00
58/13	13698	Салат из моркови с чесноком и соусом Салат из моркови с чесноком и соусом : (Морковь свежая п/ф / Чеснок / Соус майонезный)	50	0,78	5,07	3,30	61,95
49/2013	18517	Салат "Ароматный" Огурец свежий / Капуста молодая / Лимонная кислота / Вода / Масло растительное / Соль йодированная	50	0,05	5,00	0,12	45,66
Таб.№24/96	10905	Дыня свежая (очищенная) Дыня св.	70	0,66	0,33	8,08	37,93
Таб№24/96	9717	Арбуз очищенный Арбуз св.	100	1,15	0,19	11,14	50,87

**Вторые блюда**

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
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
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 растительное	60/30	8,67	13,27	8,35	187,51
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина, птица) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная / Перец черный молотый / Вода / Фарш п/ф (мясо птицы, говядина) / Масло растительное	50	8,64	6,74	7,80	126,42
Таб№17/96	13908	Филе куриное отварное Филе куриное охл. / Соль йодированная / Перец черный молотый	40	7,90	7,07	7,02	123,31
№2 от 07.10.2019г.	17135	Голубцы ленивые куриные Голубцы ленивые куриные / Масло растительное	50	6,20	7,58	3,10	105,40

**Гарниры и соусы**

ТТК	5918	Рис оригинальный Рис / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Томатная паста / Лавровый лист / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый	100	2,87	4,10	27,90	159,98
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная / Масло сливочное	150	4,58	4,81	22,12	150,09
469/96;516/3/04	1669	Макаронеры отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29

**Третьи блюда**

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
--------	-------	---	-----	------	------	-------	-------

**Хлеб**

Пром	350	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20
------	-----	----------------------------------	----	------	------	-------	--------

**Мучные изделия**

ТТК	13496	Булочка Фруктовая (изюм, повидло) Булочка Фруктовая (изюм, повидло): (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Яйцо свежее / Яйцо свежее / Изюм / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Молоко / Повидло / Мак / Вода / Масло растительное)	30	2,51	2,60	17,75	104,44
ТТК	14057	Бантик с начинкой в ассортименте Бантик с начинкой в ассортименте Веста: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Яйцо свежее / Масло растительное / Соль йодированная / Вода / Дрожжи прессованные / Начинка термост. Веста в асс. / Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное / Яйцо свежее / Масло растительное)	30	2,34	2,16	17,24	97,76
ТТК	10792	Булочка сахарная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус майонезный / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное	50	4,55	3,06	34,59	184,10

**Итого:** 71,00

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
<b>Холодные блюда</b>							
125/2013	18424	Салат из крабовых палочек с капустой (молодая) Вода / Крабовые палочки / Кукуруза консервированная / Лимонная кислота / Лук репчатый п/ф / Соус Юса для летей / Яйцо свежее / Капуста молодая	40	2,70	1,23	1,79	29,05
	9386	Салат из свежих помидоров с луком Салат из свежих помидоров с луком (заправка): (Помидор свежий / Лук репчатый п/ф / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Перец черный молотый / Соль йодированная / Лимонная кислота))	50	0,57	2,55	2,82	36,51
36/97	5934	Салат из свежих огурцов с салатной заправкой Огурец свежий / Заправка для салатов: (Масло растительное / Сахар песок / Перец черный молотый / Соль йодированная / Лимонная кислота)	50	0,29	2,52	1,29	29,00

58/13	13698	Салат из моркови с чесноком и соусом Салат из моркови с чесноком и соусом : (Морковь свежая п/ф / Чеснок / Соус майонезный)	50	0,78	5,07	3,30	61,95
49/2013	18517	Салат "Ароматный" Огурец свежий / Капуста молодая / Лимонная кислота / Вода / Масло растительное / Соль йодированная	50	0,05	5,00	0,12	45,66
Таб.№24/96	10905	Дыня свежая (очищенная) Дыня св.	70	0,66	0,33	8,08	37,93
Таб№24/96	9717	Арбуз очищенный Арбуз св.	100	1,15	0,19	11,14	50,87

#### Первые блюда

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

#### Вторые блюда

ТТК	14202	Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ. Блинчики с пылу с жару п/ф / Молоко сгущенное	90/10	5,59	1,76	39,81	197,40
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
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	60/30	8,67	13,27	8,35	187,51
416/96;451/04	1103	Котлета рубленая (говядина, птица) Хлеб пшеничный / Сухари панировочные / Соль йодированная / Перец черный молотый / Вода / Фарш п/ф (мясо птицы, говядина) / Масло растительное	50	8,64	6,74	7,80	126,42
Таб№17/96	13908	Филе куриное отварное Филе куриное охл. / Соль йодированная / Перец черный молотый	40	7,90	7,07	7,02	123,31
№2 от 07,10,2019г.	17135	Голубцы ленивые куриные Голубцы ленивые куриные / Масло растительное	50	6,20	7,58	3,10	105,40

#### Гарниры и соусы

469/96	137	Макаронеры отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное	100	3,73	3,94	23,93	146,12
464/96	1958	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Соль йодированная / Масло сливочное / Вода	100	3,05	3,33	14,75	101,17
460/2013 Самар. обл.	10815	Рис отварной с овощами Рис / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Соль йодированная	100	2,48	3,61	24,74	141,37

#### Третьи блюда

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
--------	-------	---	-----	------	------	-------	-------

#### Хлеб

ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
----	-----	----------------------------------	----	------	------	-------	-------

#### Мучные изделия

ТТК	13496	Булочка Фруктовая (изюм, повидло) Булочка фруктовая (изюм, повидло): (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Яйцо свежее / Яйцо свежее / Изюм / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Молоко / Повидло / Мак / Вода / Масло растительное)	30	2,51	2,60	17,75	104,44
ТТК	14057	Бантик с начинкой в ассортименте Бантик с начинкой в ассортименте Веста: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Яйцо свежее / Масло растительное / Соль йодированная / Вода / Дрожжи прессованные / Начинка термост. Веста в асс. / Мука в/с / Сахар песок / Масло сливочное / Яйцо свежее / Масло растительное)	30	2,34	2,16	17,24	97,76
ТТК	10792	Булочка сахарная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Соус майонезный / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Вода / Масло растительное	50	4,55	3,06	34,59	184,10

Итого: 80,00

Зав. производством Ахмерова Светлана Михайловна

Ответственный за питание Бондусь Бондусь Н.А.  
СанПИН 2.3/2 - 3590-20

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ЗАО "ШП "Дружба" Солоднева Т.В.

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

E-mail: eda0910@mail.ru

