



МЕНЮ

на 16.09.2021

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.№24/96	2523	Помидор свежий Помидор свежий	30	5,10	0,34	0,06	1,16	6,54
401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Соль йодированная / 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)	40/40	39,00	13,41	4,68	2,69	106,50
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	7,00	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	11465	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Лимон свежий / Вода	160	6,00	0,07	0,01	13,69	55,13
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:				59,10	21,37	9,24	65,86	432,06

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	5154	Помидор свежий Помидор свежий	20	3,00	0,22	0,04	0,78	4,36
401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Соль йодированная / 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)	40/40	39,00	13,41	4,68	2,69	106,50
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	7,00	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	11465	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Лимон свежий / Вода	160	6,00	0,07	0,01	13,69	55,13
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:				57,00	21,25	9,22	65,48	429,88

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	5154	Помидор свежий Помидор свежий	20	3,00	0,22	0,04	0,78	4,36
401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (филе) Филе куриное зам. / Масло растительное / Соль йодированная / 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)	40/40	39,00	13,41	4,68	2,69	106,50
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	7,00	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	11465	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Лимон свежий / Вода	160	6,00	0,07	0,01	13,69	55,13
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:				57,00	21,25	9,22	65,48	429,88

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
194/97	14199	Суп крестьянский с крупой со сметаной кур. бульоне (пшено) Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне (пшено): (Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Крупа пшено / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лавровый лист / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой концентрат))	200/10	15,00	2,08	5,66	11,42	104,94
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	29,00	8,64	6,74	7,80	126,42
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	13,00	2,20	3,44	14,70	98,56
ТТК	11692	Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота / Вода	160	8,00	0,21	0,08	20,70	84,36
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,68	93,76
ПП	11521	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	40	3,00	2,72	0,52	15,92	79,24
Итого:				71,00	18,89	16,76	90,22	587,28

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Цена руб.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
194/97	14199	Суп крестьянский с крупой со сметаной кур. бульоне (пшено) Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне (пшено): (Капуста свежая п/ф очич. / Картофель п/ф / Крупа пшено / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лавровый лист / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор) /	200/10	15,00	2,08	5,66	11,42	104,94
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	29,00	8,64	6,74	7,80	126,42
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	13,00	2,20	3,44	14,70	98,56
ТТК	11692	Компот из ягод замороженной Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота / Вода	160	8,00	0,21	0,08	20,70	84,36
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,68	93,76
ПП	11521	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	40	3,00	2,72	0,52	15,92	79,24
Итого:				71,00	18,89	16,76	90,22	587,28

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Холодные блюда							
ТТК	8805	Салат из свежей капусты с зел.горошком и луком Салат из свежей капусты с зел.горошком и луком: (Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная / Капуста свежая п/ф очич. / Лук репчатый п/ф)	50	2,07	5,15	2,93	66,35
	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
ТТК	206	Морковь по-корейски Морковь по-корейски: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Чеснок / Лимонная кислота / Перец черный молотый / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф)	50	0,76	4,52	4,99	63,68
ТТК	18546	Салат Молодость с соусом (капус.мол.) Капуста молодая / Огурцы соленые / Лук репчатый п/ф / Яйцо свежее / Соус Юса для летей	50	0,85	0,69	0,85	13,01
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
ТТК	18823	Котлета Пожарская из цыплят Котлета Пожарская п/ф Дана / Масло растительное	50	9,45	10,56	6,93	160,53
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	60/30	8,67	13,27	8,35	187,51
№416/96	1596	Биточки рубленые из говядины Хлеб в ассортименте / Вода / Перец черный молотый / Соль йодированная / Сухари панировочные / Фарш п/ф (мясо птицы,говядина) / Масло растительное	50	8,59	6,77	7,27	124,37
Таб№17/96	13908	Филе куриное отварное Филе куриное охл. / Соль йодированная / Перец черный молотый	40	7,90	7,07	7,02	123,31
Гарниры и соусы							
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	2,20	3,44	14,70	98,56
465/96;511/3/04	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,84	5,62	40,05	226,14
469/96	15763	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная / Масло растительное	150	5,60	5,66	35,88	216,84
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	13488	Булочка Ароматная Булочка Ароматная (корица): (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Корица молотая / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное)	30	2,74	3,11	19,94	118,71
УКС	7607	Плюшка "Новомосковская" Плюшка Новомосковская: (Мука в/с / Соль йодированная / Сахар песок / Молоко / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Вода)	40	2,97	2,20	20,17	112,36

№627/13	13478	Булочка с повидлом Булочка с повидлом: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Ванилин / Повидло / Вода / Масло растительное)	30	2,56	1,72	19,95	105,52
---------	-------	--	----	------	------	-------	--------

Итого: 71,00

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл

Холодные блюда

ТТК	8805	Салат из свежей капусты с зел.горошком и луком Салат из свежей капусты с зел.горошком и луком: (Горошек зеленый консервированный / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная / Капуста свежая п/ф очищ. / Лук репчатый п/ф)	50	2,07	5,15	2,93	66,35
	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 / Пищевая кислота))	50	0,57	2,55	2,82	36,51
ТТК	206	Морковь по-корейски Морковь по-корейски: (Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная / Чеснок / Пищевая кислота / Перец черный молотый / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф)	50	0,76	4,52	4,99	63,68
ТТК	18546	Салат Молодость с соусом (капус.мол.) Капуста молодая / Огурцы соленые / Лук репчатый п/ф / Яйцо свежее / Соус Юса для детей	50	0,85	0,69	0,85	13,01
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

№ 174/97	8634	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне Капуста свежая п/ф очищ. / Картофель п/ф / Крупа пшено / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый / Лавровый лист / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Свиной набор)	200	1,82	4,16	11,06	88,96
----------	------	---	-----	------	------	-------	-------

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
ТТК	18823	Котлета Пожарская из цыплят Котлета Пожарская п/ф Дана / Масло растительное	50	9,45	10,56	6,93	160,53
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	60/30	8,67	13,27	8,35	187,51
№416/96	1596	Биточки рубленые из говядины Хлеб в ассортименте / Вода / Перец черный молотый / Соль йодированная / Сухари панировочные / Фарш п/ф (мясо птицы, говядина) / Масло растительное	50	8,59	6,77	7,27	124,37
Таб.№17/96	13908	Филе куриное отварное Филе куриное охл. / Соль йодированная / Перец черный молотый	40	7,90	7,07	7,02	123,31

Гарниры и соусы

469/96	15762	Спагетти отварные Спагетти / Соль йодированная / Масло растительное	100	3,73	3,94	23,93	146,12
465/96;511/3/04	254	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	2,52	4,86	26,64	160,34
200/96	8972	Картофель отварной Картофель п/ф	100	2,08	0,42	16,92	79,78

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

Мучные изделия

ТТК	13488	Булочка Ароматная Булочка Ароматная (корица): (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Сахар песок / Масло растительное / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Корица молотая / Вода / Сахарная пудра / Масло растительное)	30	2,74	3,11	19,94	118,71
УКС	7607	Плюшка "Новомосковская" Плюшка Новомосковская: (Мука в/с / Соль йодированная / Сахар песок / Молоко / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Вода)	40	2,97	2,20	20,17	112,36
№627/13	13478	Булочка с повидлом Булочка с повидлом: (Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Яйцо свежее / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Ванилин / Повидло / Вода / Масло растительное)	30	2,56	1,72	19,95	105,52

Итого: 80,00

Зав.производством Ахмерова Светлана Михайловна

Ответственный за питание Бондусь Бондусь Н.А.

СанПин 2.3/2.3590.30

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

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

E-mail: eda0910@n...

