



# МЕНЮ

на 20.09.2021

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

Согласовано:  
Директор ГБОУ СО "Лицей № 57  
(Базовая школа РАН)"  
Козырева Л. А.

## 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	2311	Сыр порционный Сыр	15	13,00	3,69	4,69		56,97
Таблица №4/96	8161	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Геркулес / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная / Масло сливочное / Вода	150/5	16,00	6,28	8,28	25,62	202,12
таб.№24/96	18858	Десерт фруктовый (нектарин без косточки) Нектарин	75	22,00	0,77		8,93	38,76
ТТК	11465	Чай лимонный Чай черный (заварка): (Чай черный (развесной) / Вода) / Сахар песок / Лимон свежий / Вода	160	6,10	0,07	0,01	13,69	55,13
ПП	15288	Батон в ассортименте Батон	20	2,00	1,50	0,58	10,28	52,34
<b>Итого:</b>				<b>59,10</b>	<b>12,31</b>	<b>13,56</b>	<b>58,52</b>	<b>405,32</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 №25/96	2311	Сыр порционный Сыр	15	13,00	3,69	4,69		56,97
Таблица №4/96	8161	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Геркулес / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная / Масло сливочное / Вода	150/5	16,00	6,28	8,28	25,62	202,12
таб.№24/96	18858	Десерт фруктовый (нектарин без косточки) Нектарин	75	22,00	0,77		8,93	38,76
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>13,79</b>	<b>14,04</b>	<b>63,44</b>	<b>435,28</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	2311	Сыр порционный Сыр	15	13,00	3,69	4,69		56,97
Таблица №4/96	8161	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Геркулес / Сахар песок / Молоко / Соль йодированная / Масло сливочное / Вода	150/5	16,00	6,28	8,28	25,62	202,12
таб.№24/96	18858	Десерт фруктовый (нектарин без косточки) Нектарин	75	22,00	0,77		8,93	38,76
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>13,79</b>	<b>14,04</b>	<b>63,44</b>	<b>435,28</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
148/96	15830	Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор)	200	10,00	10,94	11,88	12,90	202,26
ТТК	18461	Котлета Нежность (мясо птицы, инд) Котлета "Нежность" (мясо птицы) / Масло растительное	60	40,00		3,00		26,97
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	13,00	2,20	3,44	14,70	98,56
646/96	8704	Напиток из апельсинов Апельсины свежие / Сахар песок / Вода	160	6,00	0,16	0,04	20,59	83,36
ПП	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>				<b>71,00</b>	<b>15,58</b>	<b>18,59</b>	<b>62,95</b>	<b>481,48</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
148/96	15830	Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Суповой набор)	200	10,00	10,94	11,88	12,90	202,26
ТТК	18461	Котлета Нежность (мясо птицы, инд) Котлета "Нежность" (мясо птицы) / Масло растительное	60	40,00		3,00		26,97
472/96	145	Картофельное пюре Картофель п/ф / Молоко / Масло сливочное / Соль йодированная	100	13,00	2,20	3,44	14,70	98,56
646/96	8704	Напиток из апельсинов Апельсины свежие / Сахар песок / Вода	160	6,00	0,16	0,04	20,59	83,36

пп	420	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
<b>Итого:</b>				<b>71,00</b>	<b>15,58</b>	<b>18,59</b>	<b>62,95</b>	<b>481,48</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>								
62/97	6279	Салат из свежей капусты (молодая) Салат из свежей капусты (молодая): (Морковь свежая мытая / Лимонная кислота / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Капуста молодая)	50	0,95	2,53	5,16	47,21	
58/13	17969	Салат из моркови с чесноком и соусом Морковь свежая мытая / Чеснок / Соус Юса для детей	50	0,07	0,01	0,22	1,17	
125/2013	18424	Салат из крабовых палочек с капустой (молодая) Вода / Крабовые палочки / Кукуруза консервированная / Лимонная кислота / Лук репчатый п/ф / Соус Юса для детей / 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	
Таб№24/96	9717	Арбуз очищенный Арбуз св.	100	1,15	0,19	11,14	50,87	
<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	
ТТК	18823	Котлета Пожарская из цыплят Котлета Пожарская п/ф Дана / Масло растительное	50	9,45	10,56	6,93	160,53	
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	
469/04	632	Фрикадельки из мяса птицы, говядина Фарш п/ф (мясо птицы, говядина) / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Молоко / Соль йодированная / Перец черный молотый / Масло растительное	55	9,09	8,72	7,86	146,28	
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	
<b>Гарниры и соусы</b>								
255/96;таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая / Соль йодированная / Вода / Масло сливочное	100	5,85	4,06	26,43	165,66	
469/96;516/3/04	1669	Макаронные изделия Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29	
465/96;511/3/04	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,84	5,62	40,05	226,14	
<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>								
110/08	8989	Булочка Дорожная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло сливочное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные	30	2,20	3,97	17,33	113,85	
ТТК	3089	Плюшка Новомосковская Плюшка Новомосковская: (Мука в/с / Соль йодированная / Сахар песок / Молоко / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Вода)	50	3,72	2,75	25,21	140,47	
ТТК	8993	Булочка Золотистая Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Молоко / Повидло / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное	30	2,51	2,51	18,11	105,07	
<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>							
62/97	6279	Салат из свежей капусты (молодая) Салат из свежей капусты (молодая): (Морковь свежая мытая / Лимонная кислота / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Капуста молодая)	50	0,95	2,53	5,16	47,21
58/13	17969	Салат из моркови с чесноком и соусом Морковь свежая мытая / Чеснок / Соус Юса для детей	50	0,07	0,01	0,22	1,17
125/2013	18424	Салат из крабовых палочек с капустой (молодая) Вода / Крабовые палочки / Кукуруза консервированная / Лимонная кислота / Лук репчатый п/ф / Соус Юса для детей / 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
Таб№24/96	9717	Арбуз очищенный Арбуз св.	100	1,15	0,19	11,14	50,87
<b>Первые блюда</b>							

148/96	15830	Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне Макаронные изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Томатная паста / Бульон куриный: (Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Вода / Соль йодированная / Сливочный маргарин)	200	10,94	11,88	12,90	202,26
<b>Вторые блюда</b>							
ТТК	14222	Блинчики с пылу с жару с молоком сгущ.	135/15	8,38	2,64	59,71	296,10
ТТК	18823	Котлета Пожарская из цыплят Котлета Пожарская п/ф Дана / Масло растительное	50	9,45	10,56	6,93	160,53
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
469/04	632	Фрикадельки из мяса птицы,говядина Фарш п/ф (мясо птицы,говядина) / Хлеб в ассортименте / Мука в/с / Лук репчатый п/ф / Молоко / Соль йодированная / Перец черный молотый / Масло растительное	55	9,09	8,72	7,86	146,28
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
<b>Гарниры и соусы</b>							
255/96;таб№4	139	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая / Соль йодированная / Вода / Масло сливочное	100	5,85	4,06	26,43	165,66
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронные изделия Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	5,65	4,29	36,02	205,29
465/96;511/3/0 4	1004	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,84	5,62	40,05	226,14
<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	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
<b>Мучные изделия</b>							
110/08	8989	Булочка Дорожная Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Масло сливочное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные	30	2,20	3,97	17,33	113,85
ТТК	3089	Плюшка Новомосковская Плюшка Новомосковская: (Мука в/с / Соль йодированная / Сахар песок / Молоко / Яйцо свежее / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Вода)	50	3,72	2,75	25,21	140,47
ТТК	8993	Булочка Золотистая Мука в/с / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Молоко / Повидло / Масло сливочное / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное	30	2,51	2,51	18,11	105,07
			<b>Итого:</b>	<b>80,00</b>			

Зав.производством Ахмерова Светлана Михайловна

Ответственный за питание Бондусь Бондусь Н.А.  
СанПиН 2.2.4.390-20

УТВЕРЖДАЮ Бондусь  
Директор ЗАС КШП "Дружба" / Солоднева Т.В.

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

E-mail: eda0910@mail.ru