



МЕНЮ

на 05.10.2021

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	5968	Огурец свежий Огурец свежий	40	7,10	0,29	0,04	0,78	4,64
ТТК	18824	Наггетсы куриные Наггетсы куриные (Дана) / Масло растительное	50	35,00	11,15	6,98	10,14	147,95
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронные изделия Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	7,00	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	9698	Чай фруктовый Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка); (Чай черный (развесной) / Вода)	160	7,00	0,16	0,03	19,20	77,71
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого:				59,10	20,29	11,66	85,82	529,35
Итого ХЕ:					7,15			

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	2391	Огурец свежий Огурец свежий	30	5,00	0,21	0,03	0,58	3,43
ТТК	18824	Наггетсы куриные Наггетсы куриные (Дана) / Масло растительное	50	35,00	11,15	6,98	10,14	147,95
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронные изделия Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	7,00	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	9698	Чай фруктовый Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка); (Чай черный (развесной) / Вода)	160	7,00	0,16	0,03	19,20	77,71
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого:				57,00	20,21	11,65	85,62	528,14
Итого ХЕ:					7,14			

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	2391	Огурец свежий Огурец свежий	30	5,00	0,21	0,03	0,58	3,43
ТТК	18824	Наггетсы куриные Наггетсы куриные (Дана) / Масло растительное	50	35,00	11,15	6,98	10,14	147,95
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронные изделия Макаронные изделия / Соль йодированная / Масло растительное / Вода	150	7,00	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	9698	Чай фруктовый Сок в ассортименте 1л / Сахар песок / Чай черный (заварка); (Чай черный (развесной) / Вода)	160	7,00	0,16	0,03	19,20	77,71
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого:				57,00	20,21	11,65	85,62	528,14
Итого ХЕ:					7,14			

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	5109	Помидор свежий Помидор свежий	25	5,00	0,28	0,05	0,97	5,45
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	16,00	9,08	10,61	7,74	162,76
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	34,00	6,87	17,81	2,98	199,69
465/96;511/3/0 4	254	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	8,00	2,52	4,86	26,64	160,34
ТТК	13921	Чай яблочный Яблоко свежее местное / Чай черный (развесной) / Сахар песок / Вода	160	4,00	0,05	0,05	10,80	43,85
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60
пп	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,57
Итого:				71,00	22,40	33,90	71,38	680,26
Итого ХЕ:					5,95			

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	5109	Помидор свежий Помидор свежий	25	5,00	0,28	0,05	0,97	5,45
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	16,00	9,08	10,61	7,74	162,76
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	34,00	6,87	17,81	2,98	199,69
465/96;511/3/0 4	254	Рис отварной Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	8,00	2,52	4,86	26,64	160,34
ТТК	13921	Чай яблочный Яблоко свежее местное / Чай черный (развесной) / Сахар песок / Вода	160	4,00	0,05	0,05	10,80	43,85
пп	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60
пп	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	2,00	1,70	0,33	9,95	49,57
Итого:				71,00	22,40	33,90	71,38	680,26
Итого ХЕ:					5,95			

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							
33/96	8991	Салат из свежей капусты с яблоками Капуста свежая п/ф очищ. / Яблоко свежее / Капуста свежая / Лимонная кислота / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Вода	50	1,24	2,58	5,42	49,86
ТТК	184	Салат из моркови с сахаром Морковь свежая п/ф / Сахар песок	50	6,20	0,50	58,60	263,70
	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
№91/97	3762	Салат из фасоли Фасоль / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Лимонная кислота / Соль йодированная / Зелень	50	6,70	25,40	13,30	308,60
Таб.№24/96	10905	Дыня свежая (очищенная) Дыня св.	70	0,66	0,33	8,08	37,93
Вторые блюда							
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
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
469/04	8841	Фрикадельки из (мясо птицы,говядина) с соусом томатным 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) / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Соль йодированная / Перец черный молотый)	55/30	9,38	10,24	9,71	168,52
Таб№17/96	13908	Филе куриное отварное Филе куриное охл. / Соль йодированная / Перец черный молотый	40	7,90	7,07	7,02	123,31
ТТК	18823	Котлета Пожарская из цыплят Котлета Пожарская п/ф Дана / Масло растительное	50	9,45	10,56	6,93	160,53
Гарниры и соусы							
464/96	3714	Каша гречневая вязкая Крупа гречневая / Вода / Соль йодированная / Масло сливочное	150	4,58	4,81	22,12	150,09
469/96;516/3/0 4	1669	Макаронные отварные 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
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
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 / Прожки 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 рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл

Холодные блюда

33/96	8991	Салат из свежей капусты с яблоками Капуста свежая п/ф очищ. / Яблоко свежее / Капуста свежая / Лимонная кислота / Сахар песок / Масло растительное / Соль йодированная / Вода	50	1,24	2,58	5,42	49,86
ТТК	184	Салат из моркови с сахаром Морковь свежая п/ф / Сахар песок	50	6,20	0,50	58,60	263,70
	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
№91/97	3762	Салат из фасоли Фасоль / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Лимонная кислота / Соль йодированная / Зелень	50	6,70	25,40	13,30	308,60
Таб.№24/96	10905	Дыня свежая (очищенная) Дыня св.	70	0,66	0,33	8,08	37,93

Первые блюда

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

Вторые блюда

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
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
469/04	8841	Фрикадельки из (мясо птицы,говядина) с соусом томатным 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) / Соус томатный(блюдо): (Вода / Масло растительное / Мука в/с / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Томатная паста / Масло растительное / Вода)	55/30	9,38	10,24	9,71	168,52
Таб№17/96	13908	Филе куриное отварное Филе куриное охл. / Соль йодированная / Перец черный молотый	40	7,90	7,07	7,02	123,31
ТТК	18823	Котлета Пожарская из цыплят Котлета Пожарская п/ф Дана / Масло растительное	50	9,45	10,56	6,93	160,53

Гарниры и соусы

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	137	Макаронные изделия 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

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	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
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 / Прожки 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 Н.А.

СанПиН 2.3/2.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

Директор ЗО КШП Дружба Солоднева Т.В.

Россия, 445041 Самарская обл., Тольятти, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru

