



Согласовано:
Директор МБУ "Лицей № 67"

_____ Колосов К. А.

МЕНЮ

на 26.01.2026

МБУ "Лицей № 67"

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОВЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
Таб.№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Молоко / Крупа ячневая / Масло сливочное / Сахар песок	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05
ТТК	13514	Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
Итого:			574	16,27	21,32	86,32	602,23
Итого ХЕ:						7,19	

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб. №24/96	15220	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	55	0,22	0,22	5,39	24,42
Таб.№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Молоко / Крупа ячневая / Масло сливочное / Сахар песок	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
Таб. №25/96	1650	Сыр порционный Сыр	20	4,87	6,20		75,28
ПП	15288	Батон в ассортименте Батон	20	1,50	0,58	10,28	52,34
Итого:			524	15,57	20,95	79,86	576,57
Итого ХЕ:						6,66	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб. №24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Таб.№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Молоко / Крупа ячневая / Масло сливочное / Сахар песок	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05
ТТК	13514	Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
Итого:			574	16,27	21,22	85,32	597,33
Итого ХЕ:						7,11	

Стоимость рациона: 95,46 руб.

**Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей)
которых принимает участие в специальной военной операции**

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Таб№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Молоко / Крупа ячневая / Масло сливочное / Сахар песок	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05
ТТК	13514	Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
Итого:			574	16,27	21,22	85,32	597,33
Итого ХЕ:						7,11	

Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.№24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Таб№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом Молоко / Крупа ячневая / Масло сливочное / Сахар песок	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05
ТТК	13514	Чай ягодный Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок	200	0,14	0,05	12,95	52,81
ТТК	20682	Печенье сдобное по-домашнему 24гр Печенье сдобное по-домашнему	24	1,65	6,30	13,50	117,30
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
Итого:			574	16,27	21,22	85,32	597,33
Итого ХЕ:						7,11	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб №24/96	1894	Огурец солёный Огурцы соленые	30	0,27	0,03	0,57	3,63
139/96	239	Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90
ТТК	18961	Котлета куриная "Пожарская" Котлета куриная "Пожарская" п/ф 56гр. / Масло растительное	50	9,30	7,10	8,50	135,10
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			665	18,43	14,98	96,64	595,09
Итого ХЕ:						8,05	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4 класс

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
139/96	239	Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90
ТТК	20401	Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (сол.огурцом) Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / соленые огурцы по-крестьянски: (Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное)	70/20	12,00	12,15	11,49	203,27
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90

ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04

Итого: 800 22,95 20,73 120,30 759,60

Итого ХЕ: 10,03

Стоимость рациона: 114,91 руб.

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
139/96	239	Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90
ТТК	20401	Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (сол.огурцом) Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / соленые огурцы по-крестьянски: (Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное)	70/20	12,00	12,15	11,49	203,27
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ТТК №5,13	1110	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	6,35	4,90	24,39	167,06
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57

Итого: 850 29,30 25,63 144,69 926,66

Итого ХЕ: 12,06

Стоимость рациона: 133,65 руб.

Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
139/96	239	Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90
ТТК	20401	Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (сол.огурцом) Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / соленые огурцы по-крестьянски: (Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное)	70/20	12,00	12,15	11,49	203,27
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ТТК №5,13	1110	Сырная палочка Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сыр / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	50	6,35	4,90	24,39	167,06
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57

Итого: 850 29,30 25,63 144,69 926,66

Итого ХЕ: 12,06

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОВЗ), для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых, принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Таб.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	100	0,40	0,40	11,30	50,40
139/96	239	Суп картофельный с макаронными изделиями Вода / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист	200	2,36	2,02	16,82	94,90
ТТК	20401	Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (сол.огурцом) Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / соленые огурцы по-крестьянски: (Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Масло растительное)	70/20	12,00	12,15	11,49	203,27
460/2013 Самар.обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
ТТК	20633	Напиток из сливы зам.п.с., Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота	200	0,12	0,05	16,41	66,53
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			800	22,95	20,73	120,30	759,60
Итого ХЕ:						10,03	

Зав.производство Якубович Е.В.
Ответственный за питание _____ /
СанПИН 2.3/2.4.3890-20



Россия, 445043 Самарская обл. Т.Г. Ябятти, ул.Северная, 35
E-mail: eda0910@mail.ru