

Согласов
ано:
Директор МБУ "Лицей №
67"

Колосов К. А.

МЕНЮ
на 02.10.2025

МБУ "Лицей № 67"

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование		Выход гр.		Жиры	Углевод ы	Ккалл
		Пищевая ценность		Белки				
ТТК	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом		90	2,18	11,72	3,65	128,80
469/96;51 6/3/04		Спагетти мясное Лада / Огурец свежий						
	1669	Макароны отварные		150	5,65	4,29	36,02	205,29
		Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная						
628/96г.	259	Чай с сахаром		200			14,97	66,18
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок						
	15859	Печенье Сахарное в ассортимент 2шт		26	1,68	4,80	15,84	113,28
		Печенье сахарное						
	3026	Хлеб пшеничный		45	3,42	0,36	22,14	105,48
		Хлеб пшеничный						
Итого:				511	12,93	21,17	92,62	619,03

Итого ХЕ:					7,72			
Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс								
Сборник рецептов	Код блюд а	Наименование	Выход гр.		Жиры	Углевод ы	Ккалл	
		Пищевая ценность						
		Белки						
ТТК	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом	90	2,18	11,72	3,65	128,80	
469/96;51 6/3/04	1669	Спагетти мясное Лада / Огурец свежий						
		Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29	
628/96г.	259	Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная						
		Чай с сахаром	200			14,97	66,18	
ПП	365	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок						
		Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
		Хлеб пшеничный						
Итого:			465	9,73	16,21	66,94	458,87	
Итого ХЕ:						5,58		

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.					
			Пищевая ценность			Жиры	Углевод	Ккалл
			Белки				ы	
ТТК	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом	90	2,18	11,72		3,65	128,80
		Спагетти мясное Лада / Огурец свежий						
469/96;51 6/3/04	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29		36,02	205,29
		Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная						

628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок					
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Хлеб пшеничный					
Итого:			465	9,73	16,21	66,94	458,87
Итого ХЕ:						5,58	
			70,1				

Стоимость рациона: 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	Углевод ы	Ккалл
Таб. №24/96	5362	Десерт фруктовый (нектарин)	100	0,90	10,50	45,60
		Нектарин				
ТТК	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом	90	2,18	11,72	128,80
		Спагетти мясное Лада / Огурец свежий				
469/96;51 6/3/04	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	205,29
		Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная				
628/96г.	259	Чай с сахаром	200		14,97	66,18
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок				
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68
		Хлеб пшеничный				93,76
Итого:			580	11,77	16,33	84,82
Итого ХЕ:					7,07	539,63

Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей

из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)

Сборник рецептур	Код блюдо а	Наименование	Выход гр. Пищевая ценность Белки		Жиры	Углевод ы	Ккалл
Таб. №24/96	5362	Десерт фруктовый (нектарин) Нектарин	100	0,90		10,50	45,60
ТТК	20523	Спагетти мясное со свеж.огурцом Спагетти мясное Лада / Огурец свежий	90	2,18	11,72	3,65	128,80
469/96;51 6/3/04	1669	Макароны отварные Вода / Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
пром	2974	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
			Итого:	580	11,77	16,33	84,82
			Итого ХЕ:			7,07	539,63

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену

Сборник рецептур	Код блюдо а	Наименование	Выход гр. Пищевая ценность Белки		Жиры	Углевод ы	Ккалл
	20570	Суп из овощей с соусом Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03

308/2014	20554	масла Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) : (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
466/96;51 2/3/2004	6528	Рис припущенный Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,75	4,16	39,29	209,60
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,16	0,06	21,88	88,70
№772/04	2376	Булочка Дорожная Мука в/с / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,67	7,11	28,89	194,23
ПП	13185	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
	3026	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
Итого:			770	23,24	27,63	141,06	905,81
Итого ХЕ:						11,75	

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		Жиры	Углевод ы	Ккалл
			Белки				
	20570	Суп из овощей с соусом	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03
		Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф					

		(очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла					
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) : (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
466/96;51 2/3/2004	251	Рис припущенный Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная	100	2,48	2,89	25,95	139,73
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,16	0,06	21,88	88,70
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
Итого:			630	15,50	18,78	81,97	558,84
Итого ХЕ:						6,83	

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

Сборник рецептур	Код блюдо а	Наименование	Выход гр. Пищевая ценность Белки		Жиры	Углевод ы	Ккалл
	20570	Суп из овощей с соусом Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03

		растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла						
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34	
		Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) : (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)						
466/96;51 2/3/2004	251	Рис припущенный	100	2,48	2,89	25,95	139,73	
		Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная						
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы	200	0,16	0,06	21,88	88,70	
		Вода / Слива свежемороженная / Сахар песок / Лимонная кислота						
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	
		Хлеб пшеничный						
Итого:			630	15,50	18,78	81,97	558,84	
Итого ХЕ:						6,83		

87,1

Стоимость рациона: руб.

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

Сборник рецептур	Код блю да	Наименование	Выход гр.				
			Пищевая ценность		Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб. №24/96	8277	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	70	0,28	0,21	7,21	31,85

	20570	Суп из овощей с соусом Суп из овощей: (Картофель п/ф / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Горошек зеленый консервированный / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Лавровый лист) / Соус в ассортименте на основе растительного масла	200/5	1,75	6,03	9,44	99,03
308/2014	20554	Фрикадельки из птицы с соусом томатным Фрикадельки из птицы (кот.м.п.) : (Котлетное мясо птицы / Молоко / Хлеб пшеничный / Масло растительное / Соль йодированная) / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	8,45	9,52	7,48	149,34
466/96;51 2/3/2004	6528	Рис припущенный Вода / Рис / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,75	4,16	39,29	209,60
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,16	0,06	21,88	88,70
№772/04	2376	Булочка Дорожная Мука в/с / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Масло сливочное / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная	50	3,67	7,11	28,89	194,23
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
ПП	13185	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
Итого:			840	23,52	27,84	148,27	937,66
Итого ХЕ:						12,36	

Зав.произ
водством

Якубович Г. В.

Ответственный за питание _____ / _____ /
СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Россия,
445043,
Самарска
я обл.,
г.Тольятти
,
ул.Северн
ая, 35

E-mail:
eda0910
@mail.ru