

Согласовано:
Директор МБУ "Лицей № 67"

_____ Колосов К. А.

МЕНЮ

на 15.10.2025

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 рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность		Углеводы	Ккалл
				Белки	Жиры		
ТТК	20581	Голубцы ленивые из говядины Голубцы ленивые из говядины п/ф / Масло растительное	90	6,92	8,31	11,74	149,45
464/96, таб №4	15864	Каша кукурузная вязкая Вода / Крупа кукурузная / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,44	5,74	29,47	183,32
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	14182	Трубочка слоёная в ассортименте Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее	35	1,64	5,74	14,41	115,86
ПП	13286	Батон в ассортименте Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,51
Итого:			505	14,39	20,72	83,98	579,96
Итого ХЕ:						7,00	

Завтрак 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		Углеводы	Ккалл
				Белки	Жиры		
ТТК	20581	Голубцы ленивые из говядины Голубцы ленивые из говядины п/ф / Масло растительное	90	6,92	8,31	11,74	149,45
464/96, таб №4	15864	Каша кукурузная вязкая Вода / Крупа кукурузная / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,44	5,74	29,47	183,32

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
№769/04	11807	Булочка Домашняя Булочка Домашняя: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная)	30	2,36	3,87	18,52	118,35
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			490	14,38	18,14	82,51	550,82
Итого ХЕ:						6,88	

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	Ккалл
ТТК	20581	Голубцы ленивые из говядины Голубцы ленивые из говядины п/ф / Масло растительное	90	6,92	8,31	11,74	149,45
464/96, таб №4	15864	Каша кукурузная вязкая Вода / Крупа кукурузная / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,44	5,74	29,47	183,32
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
№769/04	11807	Булочка Домашняя Булочка Домашняя: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Масло растительное / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная)	30	2,36	3,87	18,52	118,35
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			490	14,38	18,14	82,51	550,82
Итого ХЕ:						6,88	

Стоимость рациона: 70,1 руб.

Завтрак 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	Ккалл
Таб. №24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	110	0,56	0,44	12,17	54,88
ТТК	20581	Голубцы ленивые из говядины Голубцы ленивые из говядины п/ф / Масло растительное	90	6,92	8,31	11,74	149,45
464/96, таб №4	15864	Каша кукурузная вязкая Вода / Крупа кукурузная / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,44	5,74	29,47	183,32

ТТК	13514	Чай ягодный			200	0,14	0,05	12,95	52,81
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок							
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте			35	1,64	5,74	14,41	115,86
		Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее							
ПП	13286	Батон в ассортименте			30	2,25	0,87	15,42	78,51
		Батон							

Итого: 615 14,95 21,16 96,15 634,84
Итого ХЕ: 8,01

**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	Ккалл
Таб.№24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко)			110	0,56	0,44	12,17	54,88
		Яблоко свежее местное							
ТТК	20581	Голубцы ленивые из говядины			90	6,92	8,31	11,74	149,45
		Голубцы ленивые из говядины п/ф / Масло растительное							
464/96, таб №4	15864	Каша кукурузная вязкая			150	3,44	5,74	29,47	183,32
		Вода / Крупа кукурузная / Масло растительное / Соль йодированная							
ТТК	13514	Чай ягодный			200	0,14	0,05	12,95	52,81
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок							
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте			35	1,64	5,74	14,41	115,86
		Трубочка слоёная в ассортименте (повидло) п/ф 42г. / Яйцо свежее							
ПП	13286	Батон в ассортименте			30	2,25	0,87	15,42	78,51
		Батон							

Итого: 615 14,95 21,16 96,15 634,84
Итого ХЕ: 8,01

**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	Ккалл
Таб.24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко)			80	0,32	0,32	7,84	35,52
		Яблоко свежее местное							
138/96	169	Суп картофельный с горохом			200	4,83	4,41	15,87	122,49
		Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист							
401/96	20180	Гуляш из свинины (лопатка)			30/30	1,07	4,49	2,52	54,77

		Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс.						
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84	
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200			9,70	38,80	
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88	

Итого: 710 13,34 15,04 81,65 515,30
Итого ХЕ: 6,80

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность		Углеводы	Ккалл
				Белки	Жиры		
Таб.24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	80	0,32	0,32	7,84	35,52
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	4,83	4,41	15,87	122,49
401/96	20180	Гуляш из свинины (лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс.	30/30	1,07	4,49	2,52	54,77
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,60	5,66	35,88	216,84
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200			9,70	38,80
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88

Итого: 710 13,34 15,04 81,65 515,30
Итого ХЕ: 6,80
Стоимость рациона: 87,1 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		Углеводы	Ккалл
				Белки	Жиры		
Таб.№24/96	8277	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	70	0,28	0,21	7,21	31,85
138/96	169	Суп картофельный с горохом	200	4,83	4,41	15,87	122,49

		Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист						
401/96	20468	Гуляш из свинины (лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист		50/50	11,18	29,70	12,23	360,94
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная		150	5,60	5,66	35,88	216,84
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)		200			9,70	38,80
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной		25	1,70	0,33	9,95	49,57
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный		25	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:				770	25,49	40,51	103,14	879,09
Итого ХЕ:							8,60	

**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	Ккалл
138/96	169	Суп картофельный с горохом Вода / Картофель п/ф / Горох / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист		200	4,83	4,41	15,87	122,49
401/96	20468	Гуляш из свинины (лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Мука в/с / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист		50/50	11,18	29,70	12,23	360,94
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная		150	5,60	5,66	35,88	216,84
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)		200			9,70	38,80
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный		25	1,90	0,20	12,30	58,60
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной		25	1,70	0,33	9,95	49,57
Итого:				700	25,21	40,30	95,93	847,24
Итого ХЕ:							7,99	

Зав.производством Якубович Г. В.

Ответственный за питание _____ / _____ /

СанПин 2.3/2.4.3590-20

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

E-mail:
eda0910@mail.ru