

Согласован
о:
Директор МБУ "Лицей № 67"

_____ Колосов К. А.

МЕН Ю

на 17.10.2025

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			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное		80	0,32	0,32	7,84	35,52
ТТК	20522	Спагетти мясное с соусом Спагетти мясное Лада / 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)		90	8,35	12,06	3,71	156,80
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная		150	5,60	5,66	35,88	216,84
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
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный		25	1,90	0,20	12,30	58,60

Итого: 545 16,31 18,29 72,69 520,58
Итого ХЕ: 6,06

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			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
ТТК	20522	Спагетти мясное с соусом Спагетти мясное Лада / Соус томатный: (Вода / Томатная паста в асс. / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар		90	8,35	12,06	3,71	156,80

		песок / Соль йодированная)						
469/96	18751	макароны отварные (макар.спагетти)		180	6,72	7,09	43,08	263,01
		Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / 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						
ПП	365	Хлеб пшеничный		25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Хлеб пшеничный						

Итого: 495 17,11 19,40 72,05 531,23
Итого ХЕ: 6,00

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	20522	Спагетти мясное с соусом		90	8,35	12,06	3,71	156,80
		Спагетти мясное Лада / 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)						
469/96	18751	макароны отварные (макар.спагетти)		180	6,72	7,09	43,08	263,01
		Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / 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						
ПП	365	Хлеб пшеничный		25	1,90	0,20	12,30	58,60
		Хлеб пшеничный						

Итого: 495 17,11 19,40 72,05 531,23
Итого ХЕ: 6,00

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	8079	Десерт фруктовый (груша)		90	0,36	0,27	9,27	40,95
		Груша свежая						
ТТК	20522	Спагетти мясное с соусом		90	8,35	12,06	3,71	156,80
		Спагетти мясное Лада / 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)						
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные		150	5,60	5,66	35,88	216,84

		Спагетти (макароны) / 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							
ПП	365	Хлеб пшеничный		25	1,90	0,20	12,30	58,60	
		Хлеб пшеничный							
Итого:					555	16,35	18,24	74,12	526,01
Итого ХЕ:								6,18	

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование		Выход гр.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры		
Таб. №24/96	8079	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая		90	0,36	0,27	9,27	40,95
ТТК	20522	Спагетти мясное с соусом Спагетти мясное Лада / 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)		90	8,35	12,06	3,71	156,80
469/96	15763	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная		150	5,60	5,66	35,88	216,84
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
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный		25	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:				555	16,35	18,24	74,12	526,01
Итого ХЕ:							6,18	

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование		Выход гр.	Пищевая ценность		Углеводы	Ккалл
					Белки	Жиры		
129/96	133	Рассольник "Ленинградский"		200	2,39	3,66	13,76	97,54
		Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист						
ТТК	20560	Котлеты Отличные		70	9,84	7,74	8,20	141,80
		Котлеты "Отличные" / Масло растительное						
460/2013 Самар.обл.	10815	Рис отварной с овощами		100	2,48	3,61	24,74	141,37
		Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная						

628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок		200			14,97	66,18
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте		20	1,52	0,16	9,84	46,88

Итого: 590 16,23 15,17 71,51 493,77
Итого ХЕ: 5,96

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование		Выход гр.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
129/96	133	Рассольник "Ленинградский" Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист		200	2,39	3,66	13,76	97,54
ТТК	20560	Котлеты Отличные Котлеты "Отличные" / Масло растительное		70	9,84	7,74	8,20	141,80
460/2013 Самар.обл.	10815	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная		100	2,48	3,61	24,74	141,37
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок		200			14,97	66,18
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте		20	1,52	0,16	9,84	46,88

Итого: 590 16,23 15,17 71,51 493,77
Итого ХЕ: 5,96

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			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	12996	Десерт фруктовый (апельсин) Апельсины свежие		120	1,08	0,24	9,72	45,36
129/96	133	Рассольник "Ленинградский" Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист		200	2,39	3,66	13,76	97,54
ТТК	20532	Котлеты Отличные с соусом Котлеты "Отличные" / 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) / Масло растительное		90	10,03	8,75	9,44	156,64
460/2013	6069	Рис отварной с овощами		150	3,72	5,51	37,12	212,90

Самар.обл.		Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная						
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота		200	0,16	0,06	21,88	88,70
106/86	16732	Сдоба обыкновенная Сдоба обыкновенная: (Сдоба обыкновенная: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Масло растительное))		30	2,55	1,90	17,79	98,48
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный		35	2,66	0,28	17,22	82,04

Итого: 825 22,59 20,40 126,92 781,66
Итого ХЕ: 10,58

**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
129/96	133	Рассольник "Ленинградский" Картофель п/ф / Огурцы соленые / Морковь свежая п/ф / Крупа перловая / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Лавровый лист		200	2,39	3,66	13,76	97,54
ТТК	20532	Котлеты Отличные с соусом Котлеты "Отличные" / 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) / Масло растительное		90	10,03	8,75	9,44	156,64
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 19,06,17г.	14233	Компот из сливы Вода / Слива свежемороженая / Сахар песок / Лимонная кислота		200	0,16	0,06	21,88	88,70
106/86	16732	Сдоба обыкновенная Сдоба обыкновенная: (Сдоба обыкновенная: (Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Масло растительное / Масло растительное / Соль йодированная / Дрожжи прессованные / Масло растительное))		30	2,55	1,90	17,79	98,48
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный		45	3,42	0,36	22,14	105,48
ПП	11521	Хлеб ржаной Хлеб ржаной		40	2,72	0,52	15,92	79,24

Итого: 755 24,99 20,76 138,04 838,98
Итого ХЕ: 11,50

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