

Согласов
ано:
Директор МБУ "Лицей №
67"

_____ Колосов К. А.

МЕНЮ
на 10.10.2025

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	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул,батон) Батон / Мясо прессованное	20/25	2,10	1,13	12,85	69,99
Таб.24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное	80	0,32	0,32	7,84	35,52
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,35	9,82	34,12	258,26
ТТК	20528	Напиток Витошка витаминизированный Вода / Смесь сухая с витаминами Витошка для напитков / Чай черный (развесной)	200			9,70	38,80
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

Итого: 565 12,41 17,01 78,92 518,43
Итого ХЕ: 6,58

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			Ккалл
				Белки	Жиры	Углевод ы	
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ.	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
		Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное					
	315	Чай без сахара	200				
		Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))					
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	10	0,12	0,21		2,35
		Мясо прессованное					
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Хлеб пшеничный					
			Итого: 365	23,02	8,38	46,43	353,20
			Итого ХЕ:			3,87	

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			Ккалл
				Белки	Жиры	Углевод ы	
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ.	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
		Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное					
	315	Чай без сахара	200				
		Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))					

ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	10	0,12	0,21		2,35
		Мясо прессованное					
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Хлеб пшеничный					
Итого:			365	23,02	8,38	46,43	353,20
Итого ХЕ:						3,87	

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.		Жиры	Углеводы	Ккалл
			Пищевая ценность	Белки			
Таб. №24/96	12131	Десерт фруктовый (груша)	85	0,34	0,26	8,76	38,74
		Груша свежая					
ТТК	19762	Сырники классические с молоком сгущ.	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
		Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное					
	315	Чай без сахара	200				
		Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной))					
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
		Хлеб пшеничный					
ТТК	20365	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	10	0,12	0,21		2,35
		Мясо прессованное					
Итого:			450	23,36	8,64	55,19	391,94
Итого ХЕ:						4,60	

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

Сборник Код Наименование

рецептур	блюда	Выход гр. Пищевая ценность Белки			Жиры	Углевод ы	Ккалл
Таб. №24/96	12131	Десерт фруктовый (груша)	85	0,34	0,26	8,76	38,74
ТТК	19762	Груша свежая Сырники классические с молоком сгущ.	100/20	20,24	7,89	29,21	268,81
	315	Сырники классические п/ф 114г.(творог обез) / Молоко сгущенное / Масло растительное Чай без сахара	200				
ПП	198	Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	20365	Хлеб пшеничный Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	10	0,12	0,21		2,35
		Мясо прессованное					
Итого:			450	23,36	8,64	55,19	391,94
Итого ХЕ:						4,60	

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	Углевод ы	Ккалл
132/96	868	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 (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	1,66	3,53	9,29	75,57
	20568	Рулет куриный Красная птица с овощами припущ. (капуста,морк)	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01

		Руллет Красная птица Лада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.): (Морковь свежая п/ф / Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная)						
460/2013 Самар.об л.	10815	Рис отварной с овощами	100	2,48	3,61	24,74	141,37	
628/96г.	259	Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная Чай с сахаром	200			14,97	66,18	
ПП	12649	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
			Итого:	610	11,90	18,28	65,16	479,01
			Итого ХЕ:			5,43		

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			Ккалл
				Белки	Жиры	Углевод ы	
132/96	868	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 (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	1,66	3,53	9,29	75,57
	20568	Руллет куриный Красная птица с овощами припущ. (капуста,морк) Руллет Красная птица Лада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.): (Морковь свежая п/ф / Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / / Мука в/с /	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01

460/2013		Сахар песок / Соль йодированная)						
Самар.об л.	10815	Рис отварной с овощами	100	2,48	3,61	24,74	141,37	
628/96г.	259	Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый / Масло растительное / Соль йодированная Чай с сахаром	200			14,97	66,18	
ПП	12649	Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
Итого:			610	11,90	18,28	65,16	479,01	
Итого ХЕ:						5,43		
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 блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность		Жиры	Углевод ы	Ккалл
				Пищевая ценность	Белки			
132/96	868	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 (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная / Лавровый лист	200	1,66		3,53	9,29	75,57
	20568	Рулет куриный Красная птица с овощами припущ. (капуста,морк) Рулет Красная птица Лада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.): (Морковь свежая п/ф / Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / / Мука в/с /	50/40	6,24		10,98	6,32	149,01

460/2013		Сахар песок / Соль йодированная)						
Самар.об л.	6069	Рис отварной с овощами	150	3,72	5,51	37,12	212,90	
588/96	392	Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная Компот из сухофруктов	200	0,32		32,86	132,72	
ТТК	19748	Сахар песок // Лимонная кислота Пицца Школьная с мясом прессованным	50	3,97	5,33	17,58	134,20	
ПП	1561	Мука в/с / Вода / Изделие кулинарное мясное Мясо прессованное / Сыр / Огурцы соленые / Соус в ассортименте на основе растительного масла / Масло растительное / Сахар песок / Томатная паста в асс. / Дрожжи прессованные / Соль йодированная Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57	
ПП	420	Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
Итого:			745	19,89	25,92	127,87	824,29	
Итого ХЕ:						10,66		

**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 рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность	Жиры	Углевод ы	Ккалл
132/96	868	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 (лук зел.укроп.петрушка) / Соль йодированная /	200	1,66	3,53	9,29	75,57

	20568	Лавровый лист Рулет куриный Красная птица с овощами припущ. (капуста,морк) Рулет Красная птица Лада / Овощи припущенные в сметанном соусе (морк.капус.): (Морковь свежая п/ф / Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / / Мука в/с / Сахар песок / Соль йодированная)	50/40	6,24	10,98	6,32	149,01
460/2013 Самар.об л.	6069	Рис отварной с овощами	150	3,72	5,51	37,12	212,90
588/96	392	Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная Компот из сухофруктов	200	0,32		32,86	132,72
ТТК	13489	Сахар песок // Лимонная кислота Булочка Грибок	30	2,77	2,22	18,89	106,62
	3026	Булочка Грибок: (Яйцо свежее / Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Мука в/с / Сахар песок / Дрожжи прессованные / Масло растительное / Соль йодированная / Ванилин) Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48
		Итого:	715	18,13	22,59	126,61	782,30
		Итого ХЕ:				10,55	

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