

Согласовано:
Директор МБУ "Лицей № 67"

_____ Колосов К. А.

МЕНЮ

на 13.10.2025

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 рецептов	Код блюда	Наименование		Выход гр.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное		90	0,36	0,36	10,17	45,36
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом Молоко / Крупа пшеничная / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная		200/5	8,57	7,64	42,52	273,12
642/96;693/200 4	3149	Какао с молоком Вода / Молоко / Сахар песок / какао порошок		200	3,87	4,20	25,78	156,40
Таб №25/96	2311	Сыр порционный Сыр		15	3,69	4,69		56,97
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный		25	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:				535	18,39	17,09	90,77	590,45
Итого ХЕ:							7,56	

**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	Ккалл
Таб.24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное		80	0,32	0,32	7,84	35,52
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом Молоко / Крупа пшеничная / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная		200/5	8,57	7,64	42,52	273,12
628/96г.	259	Чай с сахаром		200			14,97	66,18

		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок						
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон)		20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
		Батон / Сыр						

Итого: 530 15,64 14,88 78,18 515,49
Итого ХЕ: 6,52

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
Таб.24/96	15812	Десерт фруктовый (яблоко)		80	0,32	0,32	7,84	35,52
		Яблоко свежее местное						
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом		200/5	8,57	7,64	42,52	273,12
		Молоко / Крупа пшеничная / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная						
628/96г.	259	Чай с сахаром		200			14,97	66,18
		Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок						
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон)		20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
		Батон / Сыр						

Итого: 530 15,64 14,88 78,18 515,49
Итого ХЕ: 6,52
 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	16310	Десерт фруктовый (яблоко)		140	0,56	0,56	13,72	62,16
		Яблоко свежее местное						
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом		200/5	8,57	7,64	42,52	273,12
		Молоко / Крупа пшеничная / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная						
642/96;693/2004	3149	Какао с молоком		200	3,87	4,20	25,78	156,40
		Вода / Молоко / Сахар песок / какао порошок						
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон)		20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
		Батон / Сыр						

Итого: 590 19,75 19,32 94,87 632,35
Итого ХЕ: 7,91

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

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование		Выход гр.	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	16310	Десерт фруктовый (яблоко) Яблоко свежее местное		140	0,56	0,56	13,72	62,16
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом Молоко / Крупа пшеничная / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная		200/5	8,57	7,64	42,52	273,12
642/96;693/200 4	3149	Какао с молоком Вода / Молоко / Сахар песок / какао порошок		200	3,87	4,20	25,78	156,40
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон) Батон / Сыр		20/25	6,75	6,92	12,85	140,67
Итого:				590	19,75	19,32	94,87	632,35
Итого ХЕ:							7,91	

**Обед 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	Ккалл
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист		200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / 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)		70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макароны 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
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный		25	1,90	0,20	12,30	58,60
Итого:				665	21,06	21,64	82,68	616,03
Итого ХЕ:							6,89	

**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

120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / 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)	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макароны 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
ПП	365	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60

Итого: 665 21,06 21,64 82,68 616,03
Итого ХЕ: 6,89
Стоимость рациона: 87,1 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			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккалл
Таб.№24/96	8277	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	70	0,28	0,21	7,21	31,85
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые	60	0,53	0,07	1,13	7,27
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист	200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / 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)	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота	200	0,26	0,11	25,88	105,55
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57

	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный			45	3,42	0,36	22,14	105,48
--	------	----------------------------------	--	--	----	------	------	-------	--------

Итого: 840 25,35 22,52 121,72 790,97
Итого ХЕ: 10,14

**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		Углеводы	Ккалл
					Белки	Жиры		
	12142	Огурец солёный Огурцы соленые		60	0,53	0,07	1,13	7,27
120/96	171	Щи из свежей капусты с картофелем Вода / Капуста свежая п/ф (очищенная) / Картофель п/ф / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Морковь свежая п/ф / Соль йодированная / Зелень (лук зел.укроп.петрушка) / Томатная паста в асс. / Лавровый лист		200	1,52	4,11	7,35	72,47
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / 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)		70/20	11,99	13,04	12,04	213,49
469/96;516/3/0 4	1669	Макароны отварные Вода / Макароны изделия / Масло растительное / Соль йодированная		150	5,65	4,29	36,02	205,29
697/97	7820	Компот из ягод замороженной Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота		200	0,26	0,11	25,88	105,55
	3026	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный		45	3,42	0,36	22,14	105,48
ПП	1561	Хлеб ржаной Хлеб ржаной		25	1,70	0,33	9,95	49,57

Итого: 770 25,07 22,31 114,51 759,12
Итого ХЕ: 9,54

Зав.производством Якубович Г. В.

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

E-mail:
eda0910@mail.ru