

## МЕНЮ

на 11.12.2025

ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

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

| Сборник рецептур  | Код блюда | Наименование                                                                                                                                                                                                  | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|-------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                   |           |                                                                                                                                                                                                               |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| ТТК               | 12940     | Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным<br>Запеканка творожная с крошкой: (Яйцо свежее / Творог 3% жирность / Мука в/с / Масло сливочное 72% / Сахар песок / Масло растительное) / Молоко сгущенное | 75/10     | 11,86            | 13,34 | 34,12    | 303,98 |
| № 628/96.685/2004 | 259       | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                                                                                                                   | 200       | 0,10             | 0,03  | 12,00    | 48,63  |
| ПП                | 2974      | Хлеб пшеничный, ржаной<br>Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с                                                                                                                                               | 40        | 3,04             | 0,32  | 19,68    | 93,76  |
| Итого:            |           |                                                                                                                                                                                                               | 325       | 15,00            | 13,69 | 65,80    | 446,37 |
| Цена рациона:     |           |                                                                                                                                                                                                               | 91,50     |                  |       |          |        |

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4 класс

| Сборник рецептур  | Код блюда   | Наименование                                                                                                                                                                                  | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|-------------------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                   |             |                                                                                                                                                                                               |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| Таб. №24/96       | 5992        | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее                                                                                                                                                    | 90        | 0,36             | 0,36  | 8,82     | 39,96  |
| 139/96            | 239         | Суп картофельный с макаронными изделиями<br>Вода / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист | 200       | 2,36             | 2,02  | 16,82    | 94,90  |
| ТТК               | БП-00006096 | Котлета рубленая из мяса<br>Котлета рубленая из мяса: (Фарш (гов.-кур) п/ф / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная)            | 50        | 7,03             | 7,05  | 13,10    | 143,93 |
| 317,529/97        | 1702        | Гороховое пюре<br>Горох / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                              | 150       | 15,30            | 5,30  | 29,60    | 227,30 |
| № 628/96.685/2004 | 259         | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                                                                                                   | 200       | 0,10             | 0,03  | 12,00    | 48,63  |
| ПП                | 17587       | Хлеб пшеничный, ржаной<br>Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с                                                                                                                               | 25        | 2,15             | 0,23  | 14,33    | 67,93  |
| Итого:            |             |                                                                                                                                                                                               | 715       | 27,30            | 14,98 | 94,66    | 622,65 |
| Цена рациона:     |             |                                                                                                                                                                                               | 110,17    |                  |       |          |        |

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

| Сборник рецептур  | Код блюда   | Наименование                                                                                                                                                                                  | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|-------------------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                   |             |                                                                                                                                                                                               |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| Таб. 24/96        | 3202        | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее                                                                                                                                                    | 80        | 0,42             | 0,32  | 7,84     | 35,92  |
| 139/96            | 239         | Суп картофельный с макаронными изделиями<br>Вода / Картофель п/ф / Макароны изделия / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Лавровый лист | 200       | 2,36             | 2,02  | 16,82    | 94,90  |
| ТТК               | БП-00006096 | Котлета рубленая из мяса<br>Котлета рубленая из мяса: (Фарш (гов.-кур) п/ф / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Сухари панировочные / Масло растительное / Соль йодированная)            | 50        | 7,03             | 7,05  | 13,10    | 143,93 |
| 317,529/97        | 1702        | Гороховое пюре<br>Горох / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                                              | 150       | 15,30            | 5,30  | 29,60    | 227,30 |
| № 628/96.685/2004 | 259         | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                                                                                                   | 200       | 0,10             | 0,03  | 12,00    | 48,63  |
| ПП                | 10856       | Печенье овсяное<br>Печенье овсяное 50гр                                                                                                                                                       | 50        | 3,20             | 8,00  | 35,20    | 225,60 |
| ПП                | 2974        | Хлеб пшеничный, ржаной<br>Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с                                                                                                                               | 40        | 3,04             | 0,32  | 19,68    | 93,76  |
| Итого:            |             |                                                                                                                                                                                               | 770       | 31,45            | 23,03 | 134,24   | 870,04 |
| Цена рациона:     |             |                                                                                                                                                                                               | 128,14    |                  |       |          |        |

Зав.производства: Мухина О. А.

Ответственно за питание  
СанПин 2.3.7.4.3590-20УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "Любава" / Мухина О. А.

Россия, 445000, Самарская область, Тольятти, Цветной б-р, д. 3, кв. 57

E-mail: ooo-lubava-82@mail.ru