



МБУ "Лицей № 76"

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 | Ккал   |
| Таб.24/96        | 9800      | Десерт фруктовый (яблоко)<br>Яблоко свежее местное                                                                  | 100       | 0,40             | 0,40  | 11,30    | 50,40  |
| Таб №25/96       | 13849     | Бутерброд с сыром (батон в асс.)<br>Сыр / Батон                                                                     | 20/20     | 6,97             | 6,53  | 12,99    | 138,61 |
| Таблица №4/96    | 6705      | Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом<br>Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная | 200/5     | 8,35             | 9,82  | 34,12    | 258,26 |
| 628/96г.         | 259       | Чай с сахаром<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                         | 200       |                  |       | 14,97    | 66,18  |
| ТТК              | 20084     | Печенье Овсяное<br>Печенье овсяное                                                                                  | 23        | 1,38             | 0,83  | 14,49    | 70,93  |
| Итого:           |           |                                                                                                                     | 568       | 17,10            | 17,58 | 87,87    | 584,38 |
| Итого ХЕ:        |           |                                                                                                                     |           |                  |       | 7,32     |        |

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 | Ккал   |
| Таб №25/96       | 13849     | Бутерброд с сыром (батон в асс.)<br>Сыр / Батон                                                                     | 20/20     | 6,97             | 6,53  | 12,99    | 138,61 |
| Таблица №4/96    | 6705      | Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом<br>Молоко / Геркулес / Масло сливочное / Сахар песок / Соль йодированная | 200/5     | 8,35             | 9,82  | 34,12    | 258,26 |
| №629/96          | 264       | Чай лимонный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок / Лимон свежий           | 200       | 0,08             | 0,01  | 15,21    | 61,25  |
| ТТК              | 20084     | Печенье Овсяное<br>Печенье овсяное                                                                                  | 23        | 1,38             | 0,83  | 14,49    | 70,93  |
| Итого:           |           |                                                                                                                     | 468       | 16,78            | 17,19 | 76,81    | 529,05 |
| Итого ХЕ:        |           |                                                                                                                     |           |                  |       | 6,40     |        |

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. | Пищевая ценность |       |          |        |
|------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                  |           |                                                                                                                        |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
| ТТК              | 17139     | Бутерброд горячий с сыром<br>Яйцо свежее / Батон / Сыр / Соус для детей в асс. / Масло сливочное                       | 40        | 5,29             | 6,78  | 10,32    | 123,50 |
| ТТК              | 20242     | Блинчики с вареной сгущенкой<br>Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное                                      | 170       | 27,20            | 15,77 | 35,19    | 391,47 |
| ТТК              | 13514     | Чай ягодный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок | 200       | 0,14             | 0,05  | 12,95    | 52,81  |
| Итого:           |           |                                                                                                                        | 410       | 32,63            | 22,60 | 58,46    | 567,78 |
| Итого ХЕ:        |           |                                                                                                                        |           |                  |       | 4,87     |        |

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 | Ккал   |
| ТТК              | 17139     | Бутерброд горячий с сыром<br>Яйцо свежее / Батон / Сыр / Соус для детей в асс. / Масло сливочное                       | 40        | 5,29             | 6,78  | 10,32    | 123,50 |
| ТТК              | 20242     | Блинчики с вареной сгущенкой<br>Блинчики с вареной сгущенкой / Масло растительное                                      | 170       | 27,20            | 15,77 | 35,19    | 391,47 |
| ТТК              | 13514     | Чай ягодный<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок | 200       | 0,14             | 0,05  | 12,95    | 52,81  |
| Итого:           |           |                                                                                                                        | 410       | 32,63            | 22,60 | 58,46    | 567,78 |
| Итого ХЕ:        |           |                                                                                                                        |           |                  |       | 4,87     |        |

**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     | Ккал          |
| 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 (лук зел. укроп петрушка) / Лавровый лист | 200        | 2,36             | 2,02         | 16,82        | 94,90         |
| ТТК              | 18963     | Котлета куриная "Пожарская"<br>Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное                                                                                                                               | 70         | 11,80            | 12,03        | 10,80        | 198,64        |
| 464/96           | 1958      | Каша гречневая вязкая<br>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная                                                                                                                                   | 100        | 3,05             | 3,33         | 14,75        | 101,17        |
| ТТК              | 19810     | Чай с сахаром п/с<br>Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок                                                                                                                         | 200        |                  |              | 6,99         | 27,94         |
| ПП               | 12649     | Хлеб пшеничный<br>Хлеб в ассортименте                                                                                                                                                                                   | 20         | 1,52             | 0,16         | 9,84         | 46,88         |
| <b>Итого:</b>    |           |                                                                                                                                                                                                                         | <b>590</b> | <b>18,73</b>     | <b>17,54</b> | <b>59,20</b> | <b>469,54</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |                                                                                                                                                                                                                         |            |                  |              | <b>4,93</b>  |               |

**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      | Ккал          |
| Таб. №24/96      | 5191      | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 80         | 0,32             | 0,24         | 8,24          | 36,40         |
| 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 (лук зел. укроп петрушка) / Лавровый лист                                                                                                   | 200        | 2,36             | 2,02         | 16,82         | 94,90         |
| ТТК              | 20400     | Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (овощное соте)<br>Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / овощное соте: (Капуста свежая п/ф (очищенная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Перец болгарский заморож. (кубик) / Масло растительное / Соль йодированная) | 70/20      | 12,19            | 13,06        | 12,24         | 215,21        |
| 464/96           | 3714      | Каша гречневая вязкая<br>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная                                                                                                                                                                                                                                     | 150        | 4,58             | 4,81         | 22,12         | 150,09        |
| ТТК              | 20633     | Напиток из сливы зам.п.с.,<br>Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота                                                                                                                                                                                                                                | 200        | 0,12             | 0,05         | 16,41         | 66,53         |
| 695/96           | 11577     | Ватрушка с повидлом<br>Тесто дрожжевое для ватрушек, расстегаев: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Повидло в асс. / Масло растительное / Мука в/с                                                                              | 50         | 3,28             | 3,42         | 32,69         | 174,66        |
| ПП               | 365       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 25         | 1,90             | 0,20         | 12,30         | 58,60         |
| <b>Итого:</b>    |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>795</b> | <b>24,75</b>     | <b>23,79</b> | <b>120,82</b> | <b>796,38</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |            |                  |              | <b>10,07</b>  |               |

**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 |              |               |               |
|------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
|                  |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |            | Белки            | Жиры         | Углеводы      | Ккал          |
| 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 (лук зел. укроп петрушка) / Лавровый лист                                                                                                   | 200        | 2,36             | 2,02         | 16,82         | 94,90         |
| ТТК              | 20400     | Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (овощное соте)<br>Котлета куриная "Пожарская" : (Котлета куриная "Пожарская" п/ф 78гр. / Масло растительное) / овощное соте: (Капуста свежая п/ф (очищенная) / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Перец болгарский заморож. (кубик) / Масло растительное / Соль йодированная) | 70/20      | 12,19            | 13,06        | 12,24         | 215,21        |
| 464/96           | 3714      | Каша гречневая вязкая<br>Вода / Крупа гречневая / Масло сливочное / Соль йодированная                                                                                                                                                                                                                                     | 150        | 4,58             | 4,81         | 22,12         | 150,09        |
| ТТК              | 20633     | Напиток из сливы зам.п.с.,<br>Вода / Сахар песок / Слива свежемороженая / Лимонная кислота                                                                                                                                                                                                                                | 200        | 0,12             | 0,05         | 16,41         | 66,53         |
| 695/96           | 11577     | Ватрушка с повидлом<br>Тесто дрожжевое для ватрушек, расстегаев: (Яйцо свежее / Мука в/с / Вода / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная) / Яйцо свежее / Повидло в асс. / Масло растительное / Мука в/с                                                                              | 50         | 3,28             | 3,42         | 32,69         | 174,66        |
| ПП               | 420       | Хлеб пшеничный<br>Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 30         | 2,28             | 0,24         | 14,76         | 70,32         |
| ТТК              | 20251     | Хлеб ржаной<br>Хлеб ржаной                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 20         | 1,36             | 0,26         | 7,96          | 39,62         |
| <b>Итого:</b>    |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>740</b> | <b>26,17</b>     | <b>23,85</b> | <b>123,00</b> | <b>811,32</b> |
| <b>Итого ХЕ:</b> |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |            |                  |              | <b>10,25</b>  |               |

Зав.производство

Ответственный

СанПин 2.3/2.4.2.020



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

E-mail: eda0910@mail.ru