

## МЕНЮ

на 15.12.2025



Коняхина Юлия Станиславовна

ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

Завтрак 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  |
| Таб №24/96         | 12131     | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая                                                                              | 85        | 0,34             | 0,26  | 8,76     | 38,74  |
| Таб №25/96         | 13849     | Бутерброд с сыром (батон в асс.)<br>Сыр п/твердый / Батон                                                             | 20/20     | 6,97             | 6,53  | 12,99    | 138,61 |
| №302 2004          | 14584     | Каша молочная геркулесовая с маслом<br>Молоко 2,5% / Геркулес / Масло сливочное 72% / Сахар песок / Соль йодированная | 200/5     | 6,05             | 6,87  | 30,25    | 207,06 |
| № 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  |
| Итого:             |           |                                                                                                                       | 530       | 13,46            | 13,69 | 64,00    | 433,04 |
| Цена рациона:      |           |                                                                                                                       | 91,52     |                  |       |          |        |

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

| Сборник рецептов    | Код блюда   | Наименование                                                                                                                                                                                   | Выход гр. | Пищевая ценность |       |          |        |
|---------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
|                     |             |                                                                                                                                                                                                |           | Белки            | Жиры  | Углеводы | Ккалл  |
| Таб №24/96          | 11152       | Десерт фруктовый (груша)<br>Груша свежая                                                                                                                                                       | 60        | 0,24             | 0,18  | 6,18     | 27,30  |
| 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-00000536 | Котлета Пожарская<br>Яйцо свежее / Фарш куриный п/ф / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Молоко 2,5% / Масло растительное / Масло сливочное 72% / Сухари панировочные / Соль йодированная | 60        | 10,43            | 13,96 | 8,97     | 203,27 |
| 257/96, 510/3/20 04 | 3714        | Каша гречневая вязкая<br>Вода / Крупа гречневая / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                       | 150       | 4,58             | 4,81  | 22,12    | 150,09 |
| 697/97              | 7820        | Компот из ягод<br>Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота                                                                                                           | 200       | 0,26             | 0,11  | 25,88    | 105,55 |
| пп                  | 17587       | Хлеб пшеничный, ржаной<br>Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с                                                                                                                                | 25        | 2,15             | 0,23  | 14,33    | 67,93  |
| Итого:              |             |                                                                                                                                                                                                | 695       | 20,02            | 21,31 | 94,30    | 649,03 |
| Цена рациона:       |             |                                                                                                                                                                                                | 110,17    |                  |       |          |        |

Обед 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  |
| 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-00000536 | Котлета Пожарская<br>Яйцо свежее / Фарш куриный п/ф / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Молоко 2,5% / Масло растительное / Масло сливочное 72% / Сухари панировочные / Соль йодированная | 60        | 10,43            | 13,96 | 8,97     | 203,27 |
| 257/96, 510/3/20 04 | 3714        | Каша гречневая вязкая<br>Вода / Крупа гречневая / Масло растительное / Соль йодированная                                                                                                       | 150       | 4,58             | 4,81  | 22,12    | 150,09 |
| 697/97              | 7820        | Компот из ягод<br>Вода / Ягода замороженная (смесь) / Сахар песок / Лимонная кислота                                                                                                           | 200       | 0,26             | 0,11  | 25,88    | 105,55 |
| пп                  | 7696        | Слойка с фруктовой начинкой<br>Слойка с яблочной начинкой п/ф / Яйцо свежее / Сахар песок                                                                                                      | 55        | 4,01             | 8,20  | 25,00    | 189,82 |
| пп                  | 2974        | Хлеб пшеничный, ржаной<br>Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с                                                                                                                                | 40        | 3,04             | 0,32  | 19,68    | 93,76  |
| Итого:              |             |                                                                                                                                                                                                | 705       | 24,68            | 29,42 | 118,47   | 837,39 |
| Цена рациона:       |             |                                                                                                                                                                                                | 128,14    |                  |       |          |        |

Зав. производством: Зайкина О. А.

Ответственный за питание:  
СанПин 2.3.2.4.3590-20УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "Любава" / [Подпись] / Мухина О. А.

Россия, 445000, Самарская обл., Тольяттинский район, Цветной б-р, д. 3, кв. 57

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