

МЕНЮ

на 28.11.2025

Коняхина Юлия Станиславовна

ЛИЦЕЙ № 76 МБУ

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

Сборник рецептур	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ПЛ	БП-00000434	Йогурт Йогурт в ассортименте 4.7%	110	3,50	2,75	13,86	94,19
ТТК	БП-00005911	Мясо прессованное Мясо прессованное	20	2,40	7,80	0,28	80,92
451/02	9974	Каша молочная пшеничная с маслом Молоко 2,5% / Крупа пшеничная / Масло сливочное 72% / Сахар песок / Соль йодированная	200/5	8,57	7,64	42,52	273,12
№ 628/96;685/2004	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200	0,10	0,03	12,00	48,63
ПП	2974	Хлеб пшеничный, ржаной Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого:			575	17,61	18,54	88,34	590,62
Цена рациона:			91,52				

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	Ккал
Таб №24/96	5769	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	75	0,30	0,23	7,73	34,19
88/2007 Дели принт	16579	Щи из свежей капусты с картофелем Щи из свежей капусты с картофелем: (Вода / Капуста свежая / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Томатная паста / Лавровый лист)	200	2,24	4,48	6,40	74,88
422/96	14078	Тефтели из филе цыплят с соусом Филе куриное зам. / Соус томатный: (Вода / Томатная паста / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Молоко 2,5% / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Мука в/с / Масло растительное / Масло растительное	60/30	7,40	13,19	13,81	203,55
460/2013 Самар обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
646/96;699/2004	1227	Напиток из апельсинов Вода / Сахар песок / Апельсины свежие	200	0,20	0,04	25,73	104,08
ПП	12649	Хлеб пшеничный, ржаной Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с	20	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого:			735	15,38	23,61	100,63	676,48
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	Ккал
Таб №24/96	2521	Десерт фруктовый (груша) Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
88/2007 Дели принт	16579	Щи из свежей капусты с картофелем Щи из свежей капусты с картофелем: (Вода / Капуста свежая / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная / Зелень / Томатная паста / Лавровый лист)	200	2,24	4,48	6,40	74,88
422/96	14078	Тефтели из филе цыплят с соусом Филе куриное зам. / Соус томатный: (Вода / Томатная паста / Морковь свежая п/ф / Мука в/с / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Сахар песок / Соль йодированная) / Лук репчатый п/ф / Молоко 2,5% / Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с / Мука в/с / Масло растительное / Масло растительное	60/30	7,40	13,19	13,81	203,55
460/2013 Самар обл.	6069	Рис отварной с овощами Рис / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Соль йодированная	150	3,72	5,51	37,12	212,90
646/96;699/2004	1227	Напиток из апельсинов Вода / Сахар песок / Апельсины свежие	200	0,20	0,04	25,73	104,08
ТТК	13445	Булочка Косичка с сахаром Мука в/с / Яйцо свежее / Вода / Сахар песок / Мука в/с / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Соль йодированная / Масло растительное	80	7,24	3,41	54,23	276,57
ПП	420	Хлеб пшеничный, ржаной Хлеб из пшеничной или ржаной муки в/с	30	2,28	0,34	14,76	71,22
Итого:			850	23,48	27,27	162,35	988,70
Цена рациона:			128,14				

Зав.производством

Ответственное за питание
СанПиН 2.3.2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Любава" Мухина О. А.

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

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