



МЕНЮ

на 05.06.2025

МБУ "Лицей № 19" (17) (ул. Жилина, 32)



Завтрак 1

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
114/96	20389	Фрикадельки из говядины с соусом томатным Фрикадельки из говядины / 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) / Масло растительное	50/50	8,23	10,04	7,44	152,99
469/96	18751	Спагетти (макароны) отварные Спагетти (макароны) отварные: (Спагетти (макароны) / Масло растительное / Соль йодированная)	180	6,72	7,09	43,08	263,01
Таб. №24/96	7926	Огурец свежий Огурец свежий	70	0,50	0,07	1,36	8,07
628/96г.	259	Чай с сахаром Вода / Чай черный (заварка): (Вода / Чай черный (развесной)) / Сахар песок	200			14,97	66,18
ПП	12649	Хлеб пшеничный Хлеб в ассортименте	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ТТК	20349	Печенье Хлебный спас сдобное Полезный завтрак в асс 32гр. Печенье Хлебный спас сдобное Полезный завтрак в асс 32гр.	32	2,36	5,28	22,08	145,28

Обед 1

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
120/96	18738	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне: (Бульон куриный (суп.набор): (Вода / Суповой набор / Соль йодированная / Лук репчатый п/ф / Морковь свежая п/ф) / Капуста свежая п/ф (ошпаренная) / Картофель п/ф / Морковь свежая п/ф / Лук репчатый п/ф / Масло растительное / Зелень / Соль йодированная / Томатная паста в асс. / Лавровый лист)	250	11,35	13,26	9,68	203,45
403/96	20426	Плов из свинины (свин.лопатка) Свинина б/к (лопатка) / Рис / Морковь свежая п/ф / Масло растительное / Лук репчатый п/ф / Томатная паста в асс. / Соль йодированная / Лавровый лист	50/150	5,10	13,47	39,99	301,57
Таб. №24/96	6183	Помидор свежий Помидор свежий	70	0,79	0,14	2,71	15,26
646/96; 699/200 4	1227	Напиток из апельсинов Вода / Сахар песок / Апельсины свежие	200	0,20	0,04	25,73	104,08
ПП	198	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04
ТТК	20251	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62
ТТК	7335	Булочка Десертная (повидло) Яйцо свежее / Мука в/с / Молоко / Повидло в асс. / Сахар песок / Масло растительное / Дрожжи прессованные / Сахар песок / Соль йодированная / Масло растительное	30	2,32	2,08	19,13	104,52

Всего: 43,11 52,16 221,19 1 532,95
Всего ХЕ: 18,43

Стоимость рациона: 179,00

Зав.производства Кардабузова Л. В.

Начальник лагеря
СанПин 2.3/2.3590220



Россия, 445043, Самарская обл., Лопатинский район, ул.Северная, 35

E-mail: eda0910@mail.ru