

СОГЛАСОВАНО

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей имени Героя Советского Союза П.И. Викулова городского округа Сызрань Самарской области

Лобачева Н. В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

13 октября 2025

М.П.

**Меню ГБОУ Лицей г. Сызрани**

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

**Завтрак 5-11 классы**

1,05	0,84	4,68	30,3	<i>Кукуруза консервированная</i>	030
5,521	7,124	2,203	98,124	<i>Сосиски отварные с соусом</i>	100
6,437	5,117	46,011	244,528	<i>Макаронные изделия отварные</i>	180
0,2	0,051	15,01	57,267	<i>Чай с сахаром</i>	200
1,9	0,25	12,425	56,5	<i>Хлеб пшеничный</i>	025
1,378	0,25	8,02	47,5	<i>Хлеб ржаной</i>	025
16,486	13,632	88,349	534,219		<b>Итого</b> 560

Стоимость комплекса (руб.): 104.00

**Обед 5-11 классы**

1,118	10,076	11,01	137,23	<i>Салат из моркови с чесноком</i>	100
5,933	5,378	23,215	159,475	<i>Суп картофельный с горохом</i>	250
12,895	9,188	5,094	207,5	<i>Стейк(Шницель) из курицы с соусом</i>	100
4,316	6,321	19,838	148,28	<i>Капуста тушеная</i>	180
0,878		32,139	126,104	<i>Компот из сухофруктов</i>	180
2,28	0,27	14,91	67,8	<i>Хлеб пшеничный</i>	030
1,653	0,3	9,624	57	<i>Хлеб ржаной</i>	030
29,073	31,533	115,83	903,389		<b>Итого</b> 870

Стоимость комплекса (руб.): 117.00

АО "Комбинат питания"

Главный технолог

Бухгалтер-калькулятор

Подрезова Е. В./

/Берген И. З./

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

14 октября 2025

СОГЛАСОВАНО

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей имени Героя Советского Союза П.И. Викулова городского округа Сызрань Самарской области

Лобачева Н. В.

М.П.

**Меню ГБОУ Лицей г. Сызрань**

Ницевая ценность			Наименование блюда		Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		
Белки 1176	Жиры	Углеводы	ККал		

**Завтрак 5-11 классы**

3,58	3,5		47,4	<b>Сыр порциями</b>	016
12,665	13,566	12,404	175,92	<b>Биточки с соусом</b>	100
4,641	6,261	50,163	262,845	<b>Рис отварной</b>	180
0,263	0,051	15,262	59,437	<b>Чай с лимоном</b>	207
1,9	0,25	12,425	56,5	<b>Хлеб пшеничный</b>	025
1,378	0,25	8,02	47,5	<b>Хлеб ржаной</b>	025
24,427	23,878	98,274	649,602	<b>Итого</b>	<b>553</b>

Стоймость комплекса (руб.): 104.00

**Обед 5-11 классы**

0,785	5,994	8,423	89,441	<b>Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов</b>	100
4,217	6,528	14,562	117,2	<b>Борщ с капустой и картофелем, со сметаной</b>	260
19,346	16,638	29,823	346,536	<b>Пельмени отварные с бульоном</b>	220
1,924		44,343	176,44	<b>Компот из кураги</b>	200
2,28	0,27	14,91	67,8	<b>Хлеб пшеничный</b>	030
1,653	0,3	9,624	57	<b>Хлеб ржаной</b>	030
30,205	29,73	121,685	854,417	<b>Итого</b>	<b>840</b>

Стоймость комплекса (руб.): 117.00

АО "Комбинат питания"

Главный технолог \_\_\_\_\_ Подрезова Е. В./  
Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_ Берген И. З./

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей имени Героя Советского Союза П.И. Викулова городского округа Сызрань Самарской области

Воронин А. Н.

Лобачева Н. В.

15 октября 2025

М.П.

## Меню ГБОУ Лицей г. Сызрань

Пищевая ценность			Наименование блюда		Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		
0,84		0,39	4,83	<i>Огурцы консервированные</i>	030

<i>Завтрак 5-11 классы</i>					
0,84		0,39	4,83	<i>Огурцы консервированные</i>	030
11,34	13,566	12,404	175,92	<i>Биточки из минтая с овощами с соусом</i>	100
3,916	5,396	31,644	185,04	<i>Картофельное пюре</i>	180
0,08		33,552	127,76	<i>Компот из свежих яблок</i>	200
1,9	0,25	12,425	56,5	<i>Хлеб пшеничный</i>	025
1,378	0,25	8,02	47,5	<i>Хлеб ржаной</i>	025
19,454	19,462	98,435	597,55		<b>Итого</b> 560
<b>Стоимость комплекса (руб.): 104.00</b>					

<i>Обед 5-11 классы</i>					
1,615	8,995	10,26	145,55	<i>Салат из свеклы отварной</i>	100
2,84	2,673	23,945	125,525	<i>Суп картофельный с макаронными изделиями</i>	250
14,671	16,213	40,528	362,073	<i>Плов из Говядины</i>	200
0,2	0,051	15,01	57,267	<i>Чай с сахаром</i>	200
2,28	0,27	14,91	67,8	<i>Хлеб пшеничный</i>	030
1,653	0,3	9,624	57	<i>Хлеб ржаной</i>	030
23,259	28,502	114,277	815,215		<b>Итого</b> 810
<b>Стоимость комплекса (руб.): 117.00</b>					

АО "Комбинат питания"

Главный технолог \_\_\_\_\_ Подрезова Е. В./  
Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_ Берген И. З./

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

16 октября 2025

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей имени Героя Советского Союза П.И. Викулова городского округа Сызрань Самарской области

Лобачева Н. В.

М.П.

## Меню ГБОУ Лицей г. Сызрань

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

Завтрак 5-11 классы

0,93	0,6	2,13	12,3	<i>Горошек зеленый консервированный</i>	030
11,355	13,566	12,415	176,02	<i>Голубцы ленивые с соусом</i>	100
6,437	5,117	46,011	244,528	<i>Макаронные изделия отварные</i>	180
1		23,4	94	<i>Сок фруктовый</i>	200
1,9	0,25	12,425	56,5	<i>Хлеб пшеничный</i>	025
1,378	0,25	8,02	47,5	<i>Хлеб ржаной</i>	025
23	19,783	104,401	630,848		<b>Итого</b> 560

Стоимость комплекса (руб.): 104.00

Обед 5-11 классы

1,945	8,321	9,142	132,845	<i>Винегрет овощной(огурцы консерв.)</i>	100
2,181	6,538	10,929	104,325	<i>Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной</i>	260
13,301	12,414	15,784	200,764	<i>ЁЖИКИ в соусе</i>	100
8,715	6,46	32,561	278,971	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	180
0,72		24,273	96,705	<i>Напиток из шиповника</i>	180
2,28	0,27	14,91	67,8	<i>Хлеб пшеничный</i>	030
1,653	0,3	9,624	57	<i>Хлеб ржаной</i>	030
30,795	34,303	117,223	938,41		<b>Итого</b> 880

Стоимость комплекса (руб.): 117.00

АО "Комбинат питания"

Главный технолог \_\_\_\_\_ Подрезова Е. В./  
Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_ Берген И. З./

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"



Воронин А. Н.

17 октября 2025

СОГЛАСОВАНО

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей имени Героя Советского Союза П.И. Викулова городского округа Сызрань Самарской области

Лобачева Н. В.



М.П.

**Меню ГБОУ Лицей г. Сызрань**

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		

**Завтрак 5-11 классы**

0,6		14,7	57	<b>Яблоки (1шт)</b>	150
5,209	6,477	38,848	314,077	<b>Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром</b>	210
0,243	0,046	13,761	53,71	<b>Чай с лимоном</b>	187
3,95	0,5	25,95	118	<b>Батон</b>	050
10,002	7,023	93,259	542,787	<b>Итого</b>	<b>597</b>

**Стоймость комплекса (руб.): 104.00****Обед 5-11 классы**

1,55	5,005	9,951	89,292	<b>Салат из белокочанной капусты</b>	100
2,785	6,61	20,3	142,815	<b>Рассольник ленинградский, сметаной</b>	260
13,301	12,414	15,784	200,764	<b>Котлеты Куриные с соусом</b>	100
4,41	13,703	42,264	300,015	<b>Картофель и овощи тушеные</b>	180
0,878		32,139	126,104	<b>Компот из сухофруктов</b>	180
2,28	0,27	14,91	67,8	<b>Хлеб пшеничный</b>	030
1,653	0,3	9,624	57	<b>Хлеб ржаной</b>	030
26,857	38,302	144,972	983,79	<b>Итого</b>	<b>880</b>

**Стоймость комплекса (руб.): 117.00**

АО "Комбинат питания"

Главный технолог

Бухгалтер-калькулятор

Морозова Е. В./

Герасимова И. З./

Берген И. З./

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

18 октября 2025

СОГЛАСОВАНО

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей имени Героя Советского Союза П.И. Викулова городского округа Сызрань Самарской области

Лобачева Н. В.

М.П.

## Меню ГБОУ Лицей г. Сызрань

Инцевая ценность		Наименование блюда		Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал	
Белки 0,1 1176319	Жиры	Углеводы	ККал	

## Завтрак 5-11 классы

0,6	2,7	2,58	36,6	<i>Икра кабачковая(порционно)</i>	030
7,201	9,414	11,784	158,764	<i>Тефтели с соусом</i>	100
4,316	6,321	19,838	148,28	<i>Капуста тушеная</i>	180
0,2	0,051	15,01	57,267	<i>Чай с сахаром</i>	200
1,9	0,25	12,425	56,5	<i>Хлеб пшеничный</i>	025
1,378	0,25	8,02	47,5	<i>Хлеб ржаной</i>	025
<b>15,595</b>	<b>18,986</b>	<b>69,657</b>	<b>504,911</b>	<b>Итого</b>	<b>560</b>

Стоимость комплекса (руб.): 104.00

АО "Комбинат питания"

Главный технолог *Подрезова Е. В.*  
Бухгалтер-калькулятор *Берген И. З.*

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

20 октября 2025

СОГЛАСОВАНО

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей имени Героя Советского Союза П.И. Викулова городского округа Сызрань Самарской области

Лобачева Н. В.

М.П.

**Меню ГБОУ Лицей г. Сызрани**

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		
бейки 1763	632501				

**Завтрак 5-11 классы**

6,352	5,016	26,23	175,44	<b>Горячий бутерброд Пикантный</b>	<b>065</b>
10,598	7,324	31,238	210,936	<b>Каша молочная ягодная -Дружба- с маслом, сахаром</b>	<b>260</b>
0,8	7,55	15,07	131,5	<b>Печенье</b>	<b>2</b>
3,58	2,728	17,07	138	<b>Какао растворимый</b>	<b>200</b>
21,33	22,618	89,608	655,876	<b>Итого</b>	<b>527</b>

Стоймость комплекса (руб.): 104.00

**Обед 5-11 классы**

1,615	8,995	10,26	145,55	<b>Салат из свеклы отварной</b>	<b>100</b>
2,536	2,95	16,965	102,638	<b>Суп картофельный с клецками</b>	<b>250</b>
13,301	12,414	15,784	200,764	<b>ЁЖИКИ в соусе</b>	<b>100</b>
17,358	8,908	48,015	312,349	<b>Пюре из гороха</b>	<b>180</b>
0,13		22,075	86,328	<b>Напиток лимонный</b>	<b>180</b>
2,28	0,27	14,91	67,8	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>030</b>
1,653	0,3	9,624	57	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>030</b>
38,873	33,837	137,633	972,429	<b>Итого</b>	<b>870</b>

Стоймость комплекса (руб.): 117.00

АО "Комбинат питания"

Главный технолог

Бухгалтер-калькулятор

Подрезова Е. В./

Берген И. З./

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

21 октября 2025

СОГЛАСОВАНО

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей имени Героя Советского Союза П.И. Викулова городского округа Сызрань Самарской области

Лобачева Н. В.

М.П.

**Меню ГБОУ Лицей г. Сызрань**

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		
6375071829 177	2,1	12,414	102,882	21 октября 2025	

**Завтрак 5-11 классы**

0,21		0,54	3	<i>Огурцы порционно</i>	030
13,301	12,414	15,784	200,764	<i>Котлеты Куриные с соусом</i>	100
8,715	6,46	32,561	278,971	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	180
0,08		33,552	127,76	<i>Компот из свежих яблок</i>	200
1,9	0,25	12,425	56,5	<i>Хлеб пшеничный</i>	025
1,378	0,25	8,02	47,5	<i>Хлеб ржаной</i>	025
25,584	19,374	102,882	714,495		<b>Итого</b> 560

Стоимость комплекса (руб.): 104.00

**Обед 5-11 классы**

1,945	8,321	9,142	132,845	<i>Винегрет овощной(огурцы консерв.)</i>	100
4,4	3,363	20,29	124,225	<i>Уха</i>	250/12
7,201	9,414	11,784	158,764	<i>Палочки с крупой с соусом</i>	100
6,437	5,117	46,011	244,528	<i>Макаронные изделия отварные</i>	180
0,243	0,046	13,761	53,71	<i>Чай с лимоном</i>	187
2,28	0,27	14,91	67,8	<i>Хлеб пшеничный</i>	030
1,653	0,3	9,624	57	<i>Хлеб ржаной</i>	030
24,159	26,831	125,522	838,872		<b>Итого</b> 877

Стоимость комплекса (руб.): 117.00

АО "Комбинат питания"

Главный технолог \_\_\_\_\_ /Надрезова Е. В./  
Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_ /Берген И. З./

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

22 октября 2025

СОГЛАСОВАНО

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей имени Героя Советского Союза П.И. Викулова городского округа Сызрань Самарской области

Лобачева Н. В.

М.П.

## Меню ГБОУ Лицей г. Сызрани

Нищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	0,1	Жиры	Углеводы	ККал	

Завтрак 5-11 классы

1,4		0,65	8,05	<b>Помидоры консервированные</b>	<b>050</b>
19,366	16,639	29,931	397,031	<b>Пельмени отварные с бульоном</b>	<b>280</b>
0,2	0,051	15,01	57,267	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>
2,28	0,27	14,91	67,8	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>030</b>
1,653	0,3	9,624	57	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>030</b>
24,899	17,26	70,125	587,148		<b>Итого</b> <b>590</b>

Стоимость комплекса (руб.): 104.00

Обед 5-11 классы

0,853	7,75	14,464	149	<b>Салат из моркови и яблок</b>	<b>100</b>
4,217	6,528	14,562	117,2	<b>Борщ с капустой и картофелем, со сметаной</b>	<b>260</b>
12,665	13,566	12,404	175,92	<b>Биточки с соусом</b>	<b>100</b>
3,916	5,396	31,644	185,04	<b>Картофельное пюре</b>	<b>180</b>
0,878		32,139	126,104	<b>Компот из сухофруктов</b>	<b>180</b>
2,28	0,27	14,91	67,8	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>030</b>
1,653	0,3	9,624	57	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>030</b>
26,462	33,81	129,747	878,064		<b>Итого</b> <b>880</b>

Стоимость комплекса (руб.): 117.00

АО "Комбинат питания"

Главный технолог

Бухгалтер-калькулятор

Подрезова Е. В./

Берген И. З./

**УТВЕРЖДАЮ**

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Воронин А. Н.

23 октября 2025

СОГЛАСОВАНО

Лобачева Н. В.

*Меню ГБОУ Лицей г. Сызрани*

Пищевая ценность	Наименование блюда			Выход
Белки 25% Жиры Углеводы ККал				

### Завтрак 5-11 классы

1,12		0,52	6,44	<i>Огурцы консервированные</i>	040
17,996	17,934	54,034	433,536	<i>Плов из Говядины</i>	250
0,2	0,051	15,01	57,267	<i>Чай с сахаром</i>	200
2,28	0,27	14,91	67,8	<i>Хлеб пшеничный</i>	030
1,653	0,3	9,624	57	<i>Хлеб ржаной</i>	030
23,249	18,555	94,098	622,043	Итого	550

**Стоимость комплекса (руб.): 104.00**

Обед 5-11 классы

1,55	5,005	9,951	89,292	<i>Салат из белокочанной капусты</i>	100
5,933	5,378	23,215	159,475	<i>Суп картофельный с горохом</i>	250
10,384	7,518	12,206	129,098	<i>Котлеты из минтая с соусом</i>	100
4,41	13,703	42,264	300,015	<i>Картофель и овощи тушеные</i>	180
0,9		21,06	84,6	<i>Сок фруктовый</i>	180
2,28	0,27	14,91	67,8	<i>Хлеб пшеничный</i>	030
1,653	0,3	9,624	57	<i>Хлеб ржаной</i>	030
27,11	32,174	133,23	887,28	<b>Итого</b>	<b>870</b>

**Стоимость комплекса (руб.): 117.00**

АО "Комбинат питания"

Главный технолог Софья Подрезова Е. В./  
Бухгалтер-калькулятор Георгий /Берген И. З./

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"



Воронин А. Н.

24 октября 2025

СОГЛАСОВАНО

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей имени Героя Советского Союза П.И. Викулова городского округа Сызрань Самарской области

Лобачева Н. В.

М.П.

**Меню ГБОУ Лицей г. Сызрань**

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углеводы	ККал		
6,6	2,7	2,58	36,6		

**Завтрак 5-11 классы**

0,6	2,7	2,58	36,6	<i>Икра кабачковая(порционно)</i>	030
12,895	9,188	5,094	207,5	<i>Стейк(Шницель) из курицы с соусом</i>	100
6,437	5,117	46,011	244,528	<i>Макаронные изделия отварные</i>	180
1,924		44,343	176,44	<i>Компот из кураги</i>	200
1,9	0,25	12,425	56,5	<i>Хлеб пшеничный</i>	025
1,378	0,25	8,02	47,5	<i>Хлеб ржаной</i>	025
25,134	17,505	118,473	769,068		<b>Итого</b> 560

Стоимость комплекса (руб.): 104.00

**Обед 5-11 классы**

1,076	9,148	4,969	104,362	<i>Салат Степной</i>	100
3,893	4,406	13,113	95,533	<i>Суп из овощей</i>	250
7,201	9,414	11,784	158,764	<i>Тефтели с соусом</i>	100
4,641	6,261	50,163	262,845	<i>Рис отварной</i>	180
0,243	0,046	13,761	53,71	<i>Чай с лимоном</i>	187
2,28	0,27	14,91	67,8	<i>Хлеб пшеничный</i>	030
1,653	0,3	9,624	57	<i>Хлеб ржаной</i>	030
20,987	29,845	118,324	800,014		<b>Итого</b> 877

Стоимость комплекса (руб.): 117.00

АО "Комбинат питания"

Главный технолог \_\_\_\_\_ подпись Е. В. /  
Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_ подпись И. З. /