

ООО "СОП"

Утверждаю
Директор МБОУ "Лицей №14" ЗМР РТ
Купорова О.В.

МЕНЮ**Столовая лицея №14**

на 05 Сентября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	43-90	7.82	17	1.15	189
Каши пшеничная вязкая	160	6-40	4.42	5.12	25.91	166
Напиток апельсиновый	200	9-10	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	021	1-69	1.66	0.17	10.67	51
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3-10	3.93	1.58	26.99	141
Итого по меню Комплекс №1		64-19	18	24	81	612

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	46-70	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные	170	9-20	5.9	5.43	36.2	213
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0.2	0.05	10.02	38
Хлеб цельный ржаной	042	3-60	2.98	0.5	21.42	92
Печенье бисквитное (Лотте Чокопай, 1 шт.)	028	14-00	1.12	5.04	18.2	123
Итого по меню Комплекс №2		75-80	20	22	96	646

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	43-90	7.82	17	1.15	189
Каши пшеничная вязкая	160	6-40	4.42	5.12	25.91	166
Напиток апельсиновый	200	9-10	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	025	2-03	1.97	0.2	12.7	60
Булочка российская	060	6-20	4.09	5	33.53	196
Итого по меню Комплекс №4		67-63	18	27	90	676

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Макаронные изделия отварные	100	5-40	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0.2	0.05	10.02	38
Батон	018	1-10	1.29	0.44	8.66	45
Итого по меню Комплекс №5		8-80	5	4	40	208

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	43-90	7.82	17	1.15	189
Каши пшеничная вязкая	160	6-40	4.42	5.12	25.91	166
Напиток апельсиновый	200	9-10	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	021	1-69	1.66	0.17	10.67	51
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3-10	3.93	1.58	26.99	141

Обед

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	12-10	1.85	5.57	8.03	94
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	030	2-39	2.37	0.24	15.24	73
Перемяч печёный с мясом птицы	075	19-70	7.35	7.14	19.75	173
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ		101-38	30	37	439	1009

Зав. производством:

Калькулятор: Согласовано по телефону