

# Приятного аппетита!

## Меню на 23.12.2022 г.

Столовая МБОУ "Лицей им. В.В. Карпова ЗМР РТ"

1-я неделя / Пятница

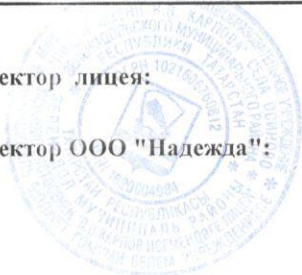
|   | Наименование блюд.                               | Номер рецептуры | Выход одного блюда, г. | Цена         | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энерг. Ценность |
|---|--------------------------------------------------|-----------------|------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-----------------|
| 1 | 2                                                | 3               | 4                      | 5            | 6            | 7            | 8            | 9               |
|   | <b>Комплекс №1а(учащиеся из многодет. семей)</b> |                 |                        |              |              |              |              |                 |
|   | <b>Завтрак</b>                                   |                 |                        |              |              |              |              |                 |
| 1 | Огурцы свежие                                    | 18              | 80                     | 0,00         | 0,83         | 4,85         | 1,72         | 53,76           |
| 2 | Рагу из овощей с фаршем                          | Тех.карта №8    | 200                    | 60,52        | 30,29        | 20,19        | 21,71        | 388,57          |
| 3 | Чай с сахаром с яблоками                         | 377             | 200/15/7               | 3,12         | 0,13         | 0,02         | 15,20        | 62,00           |
| 4 | Батон "Туристский"(йодированный)                 | 658             | 10                     | 0,10         | 0,67         | 0,26         | 4,62         | 23,50           |
|   | <b>ИТОГО</b>                                     |                 |                        | <b>63,74</b> | <b>31,92</b> | <b>25,32</b> | <b>43,25</b> | <b>527,83</b>   |
|   | <b>Комплекс № 2(старшие классы)</b>              |                 |                        |              |              |              |              |                 |
|   | <b>Обед для 5-11 классов</b>                     |                 |                        |              |              |              |              |                 |
| 1 | Огурцы свежие                                    | 18              | 80                     | 0,00         | 0,83         | 4,85         | 1,72         | 53,76           |
| 2 | Суп картофельный с бобовыми                      | 102             | 250                    | 6,06         | 5,54         | 5,28         | 16,66        | 149,05          |
| 3 | Рагу из овощей с фаршем                          | Тех.карта №8    | 190                    | 58,01        | 28,78        | 19,18        | 20,62        | 369,14          |
| 4 | Чай с сахаром с яблоками                         | 377             | 200/15/7               | 3,12         | 0,13         | 0,02         | 15,20        | 62,00           |
| 5 | Батон "Туристский"(йодированный)                 | 658             | 15                     | 0,53         | 1,01         | 0,39         | 6,93         | 35,25           |
| 6 | Кондитерское изделие без крема                   | 420             | 30                     | 3,92         | 0,86         | 1,55         | 6,14         | 42,00           |
|   | <b>ИТОГО</b>                                     |                 |                        | <b>71,64</b> | <b>37,14</b> | <b>31,27</b> | <b>67,27</b> | <b>711,20</b>   |
|   | <b>Комплекс № 2 (бесплатники)</b>                |                 |                        |              |              |              |              |                 |
| 1 | Огурцы свежие                                    | 18              | 80                     | 0,00         | 0,83         | 4,85         | 1,72         | 53,76           |
| 2 | Каша молочная пшеничная                          | 173             | 80                     | 7,37         | 3,29         | 4,21         | 16,88        | 118,86          |
| 3 | Чай с сахаром                                    | 376             | 100                    | 0,83         | 0,04         | 0,01         | 7,50         | 30,00           |
| 4 | Батон "Туристский"(йодированный)                 | 658             | 10                     | 0,10         | 0,67         | 0,26         | 4,62         | 23,50           |
|   | <b>ИТОГО</b>                                     |                 |                        | <b>8,30</b>  | <b>4,83</b>  | <b>9,33</b>  | <b>30,72</b> | <b>226,12</b>   |

Директор лицея:

Директор ООО "Надежда":

Королева Э.Н.

Никифорова Е.Н.



*Жоу -*  
*Ули -*

