

ООО "СОП"



Утверждаю  
Директор МБОУ "Многопрофильный лицей № 18  
имени М.В. Ломоносова ЗМР РТ"  
Кибец Я.В.

**Столовая лицея №18**  
на 03 Октября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1**

**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Картофель тушеный с филе птицы рубленным с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/25	225	15.35	10.43	20.65	238
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	<b>69</b>	<b>502</b>

**Меню: Комплекс №2**

**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб белый	020	1.58	0.16	10.16	48.33
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>21</b>	<b>24</b>	<b>99</b>	<b>709</b>

**Меню: Комплекс №4**

**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Картофель тушеный с филе птицы рубленным с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/35	235	15.42	10.44	20.82	239
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб белый	026	2.05	0.21	13.21	63
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	<b>70</b>	<b>502</b>

**Меню: Комплекс №5**

**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

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

**Меню: Комплекс №6**

**Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак**

Картофель тушеный с филе птицы рубленным с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 200/25	225	15.35	10.43	20.65	238
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85
Печенье формовое, 2 шт.	030	2.17	5.4	20.85	141

**Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед**

Суп картофельный "Рисовое зернышко" с зеленью, 250/2	252	2.07	2.75	19.76	104
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70
Ватрушка с творогом	075	8.24	7.11	29.36	216
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>101-38</b>	<b>33</b>	<b>26</b>	<b>148</b>	<b>951</b>

Зав. производством:

Калькулятор: