

ООО "СОП"

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

МЕНЮ
Столовая лицей №18
на 12 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
Каша 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 цельнозерновой 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
Каша 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: Комплекс №6

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	43-90	7.82	17	1.15	189
Каша 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

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - 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 Комплекс №6		101-38	30	37	139	1009

Зав. производством: _____

ООО "СОП"

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

МЕНЮ
Столовая лицей №18
на 12 Сентября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	43-90	7.82	17	1.15	189
Каша 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 №2Горячий 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 №4Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	43-90	7.82	17	1.15	189
Каша 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 №5Горячий 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: Комплекс №6Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	43-90	7.82	17	1.15	189
Каша 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

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - 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 Комплекс №6		101-38	30	37	139	1009

Зав. производством: _____

ООО "СОП"

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

МЕНЮ

Столовая лицей №18 на 12 Сентября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	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	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	021	1.66	0.17	10.67	51
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	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	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Хлеб цельный ржаной	042	2.98	0.5	21.42	92
Печенье бисквитное (Лотте Чокопай, 1 шт.)	028	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	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	025	1.97	0.2	12.7	60
Булочка российская	060	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	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
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	4	40	208

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	021	1.66	0.17	10.67	51
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	1.85	5.57	8.03	94
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Перемяч печёный с мясом птицы	075	7.35	7.14	19.75	173
Итого по меню Комплекс №6	101-38	30	37	139	1009

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____