

ООО "СОП"

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

Кибец Я.В.

**МЕНЮ**

**Столовая лицея №18  
 на 12 Октября 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Гуляш из филе птицы	090	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 150/30	180	4.84	5.59	23.27	165
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый (Сельский)	030	2.37	0.24	15.24	73
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>57</b>	<b>485</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
Пюре картофельное	170	3.5	6.18	20.7	165
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый (Сельский)	027	2.13	0.22	13.72	65
Булочка "Веснушка"	065	4.93	4.12	35.23	201
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>24</b>	<b>22</b>	<b>97</b>	<b>698</b>

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

Гуляш из филе птицы	090	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 150/20	170	3.81	4.66	18.72	132
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый (Сельский)	027	2.13	0.22	13.72	65
Булочка "Веснушка"	065	4.93	4.12	35.23	201
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>86</b>	<b>645</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**

Гуляш из филе птицы	090	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 150/30	180	4.84	5.59	23.27	165
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый (Сельский)	030	2.37	0.24	15.24	73

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

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	2.13	5.69	20.17	131
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	025	1.97	0.2	12.7	60
Беккен с капустой, яйцом	090	5.96	10.12	23.77	218
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>101-38</b>	<b>29</b>	<b>37</b>	<b>129</b>	<b>946</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_