

ООО "СОП"

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

**МЕНЮ**  
**Столовая лицея №18**  
**на 13 Сентября 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1**

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

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 160/5/48/1 шт.	213	12.72	13.02	34.84	305
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Батон	023	1.65	0.56	11.07	58
Корж Молочный (1 шт.)	065	4.16	7.21	41.79	248
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>19</b>	<b>21</b>	<b>88</b>	<b>689</b>

**Меню: Комплекс №2**

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

Цыплята отварные (голень)	100	20.78	15.3	3.61	250
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80
Конфета вафельная в шоколадной глазури (1 шт.)	039	2.34	11.04	24.69	208
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>32</b>	<b>34</b>	<b>87</b>	<b>789</b>

**Меню: Комплекс №4**

**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 180/5/48/1	233	13.53	14	39.12	334
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	038	2.7	0.46	19.38	83
Корж Молочный (1 шт.)	065	4.16	7.21	41.79	248
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>100</b>	<b>743</b>

**Меню: Комплекс №5**

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

Каша овсяная вязкая	120	3.17	5.24	14.24	118
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Батон	022	1.59	0.54	10.59	55
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>35</b>	<b>211</b>

**Меню: Комплекс №6**

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

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 160/5/48/1 шт.	213	12.72	13.02	34.84	305
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Батон	023	1.65	0.56	11.07	58
Корж Молочный (1 шт.)	065	4.16	7.21	41.79	248

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

Суп картофельный "Гречишное зернышко" с зеленью, 250/2	252	2.32	2.85	19.22	104
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб целебный ржаной	033	2.34	0.4	16.83	72
Сосиска в тесте	027/50	6.79	8.37	27.11	212
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>101-38</b>	<b>30</b>	<b>32</b>	<b>166</b>	<b>1136</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_



ООО "СОП"

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

**МЕНЮ**

**Столовая лицея №18**  
**на 13 Сентября 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 160/5/48/1 шт.	213	26-80	12.72	13.02	34.84	305
Напиток витаминный	200	11-00	0	0	0	78
Батон	023	1-39	1.65	0.56	11.07	58
Корж Молочный (1 шт.)	065	25-00	4.16	7.21	41.79	248
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>		<b>64-19</b>	<b>19</b>	<b>21</b>	<b>88</b>	<b>689</b>

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

Цыплята отварные (голень)	100	47-90	20.78	15.3	3.61	250
Каша гречневая вязкая	180	10-80	5.41	6.64	26.56	189
Кофейный напиток	200	4-30	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	033	2-60	2.61	0.26	16.76	80
Конфета вафельная в шоколадной глазури (1 шт.)	039	10-20	2.34	11.04	24.69	208
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>		<b>75-80</b>	<b>32</b>	<b>34</b>	<b>87</b>	<b>789</b>

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

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 180/5/48/1	233	28-30	13.53	14	39.12	334
Напиток витаминный	200	11-00	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	038	3-33	2.7	0.46	19.38	83
Корж Молочный (1 шт.)	065	25-00	4.16	7.21	41.79	248
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>		<b>67-63</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>100</b>	<b>743</b>

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

Каша овсяная вязкая	120	5-20	3.17	5.24	14.24	118
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0.2	0.05	10.02	38
Батон	022	1-30	1.59	0.54	10.59	55
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>		<b>8-80</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>35</b>	<b>211</b>

**Меню: Комплекс №6****Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак**

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 160/5/48/1 шт.	213	26-80	12.72	13.02	34.84	305
Напиток витаминный	200	11-00	0	0	0	78
Батон	023	1-39	1.65	0.56	11.07	58
Корж Молочный (1 шт.)	065	25-00	4.16	7.21	41.79	248

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

Суп картофельный "Гречишное зернышко" с зеленью, 250/2	252	11-10	2.32	2.85	19.22	104
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	5-00	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб целебный ржаной	033	2-89	2.34	0.4	16.83	72
Сосиска в тесте	027/50	18-20	6.79	8.37	27.11	212
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>		<b>101-38</b>	<b>30</b>	<b>32</b>	<b>166</b>	<b>1136</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_



ООО "СОП"

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

# МЕНЮ

## Столовая лицей №18 на 13 Сентября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

### Меню: Комплекс №1

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

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 160/5/48/1 шт.	213	26-80	12.72	13.02	34.84	305
Напиток витаминный	200	11-00	0	0	0	78
Батон	023	1-39	1.65	0.56	11.07	58
Корж Молочный (1 шт.)	065	25-00	4.16	7.21	41.79	248
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>		<b>64-19</b>	<b>19</b>	<b>21</b>	<b>88</b>	<b>689</b>

### Меню: Комплекс №2

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

Цыплята отварные (голень)	100	47-90	20.78	15.3	3.61	250
Каша гречневая вязкая	180	10-80	5.41	6.64	26.56	189
Кофейный напиток	200	4-30	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	033	2-60	2.61	0.26	16.76	80
Конфета вафельная в шоколадной глазури (1 шт.)	039	10-20	2.34	11.04	24.69	208
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>		<b>75-80</b>	<b>32</b>	<b>34</b>	<b>87</b>	<b>789</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 180/5/48/1	233	28-30	13.53	14	39.12	334
Напиток витаминный	200	11-00	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	038	3-33	2.7	0.46	19.38	83
Корж Молочный (1 шт.)	065	25-00	4.16	7.21	41.79	248
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>		<b>67-63</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>100</b>	<b>743</b>

### Меню: Комплекс №5

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

Каша овсяная вязкая	120	5-20	3.17	5.24	14.24	118
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0.2	0.05	10.02	38
Батон	022	1-30	1.59	0.54	10.59	55
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>		<b>8-80</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>35</b>	<b>211</b>

### Меню: Комплекс №6

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

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 160/5/48/1 шт.	213	26-80	12.72	13.02	34.84	305
Напиток витаминный	200	11-00	0	0	0	78
Батон	023	1-39	1.65	0.56	11.07	58
Корж Молочный (1 шт.)	065	25-00	4.16	7.21	41.79	248

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

Суп картофельный "Гречишное зернышко" с зеленью, 250/2	252	11-10	2.32	2.85	19.22	104
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	5-00	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб целебный ржаной	033	2-89	2.34	0.4	16.83	72
Сосиска в тесте	027/50	18-20	6.79	8.37	27.11	212
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>		<b>101-38</b>	<b>30</b>	<b>32</b>	<b>166</b>	<b>1136</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_