



А.В. Жидков **МЕНЮ**

**Столовая лицей №18
на 14 Января 2025 г.**

| Наименование блюда | Выход | Стоимость питания | Пищевая ценность | | | |
|--------------------|-------|-------------------|------------------|------|----------|------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | ККал |

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

| | | | | | | |
|---|-----|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/10 | 090 | 50-40 | 12.22 | 10.6 | 11.2 | 202 |
| Макаронные изделия отварные | 170 | 10-40 | 5.9 | 5.43 | 36.2 | 213 |
| Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7 | 217 | 6-20 | 0.36 | 0.05 | 14.07 | 55 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 025 | 2-43 | 1.37 | 0.25 | 11.25 | 77 |
| Итого по меню Комплекс №1 | | 69-43 | 20 | 16 | 73 | 547 |

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

| | | | | | | |
|--|---------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Гуляш из филе птицы | 100 | 50-60 | 12.84 | 16.24 | 3.76 | 211 |
| Пюре картофельное | 180 | 22-20 | 3.72 | 6.55 | 21.92 | 175 |
| Чай полусладкий, 200/10 | 210 | 2-50 | 0 | 0 | 9.98 | 40 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 031 | 2-90 | 1.7 | 0.31 | 13.95 | 96 |
| Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт | 065/029 | 10-40 | 4.93 | 9.31 | 34.77 | 244 |
| Итого по меню Комплекс №2 | | 88-60 | 23 | 32 | 84 | 766 |

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

| | | | | | | |
|--|---------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Гуляш из филе птицы | 100 | 50-60 | 12.84 | 16.24 | 3.76 | 211 |
| Пюре картофельное | 180 | 22-20 | 3.72 | 6.55 | 21.92 | 175 |
| Чай полусладкий, 200/10 | 210 | 2-50 | 0 | 0 | 9.98 | 40 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 031 | 2-90 | 1.7 | 0.31 | 13.95 | 96 |
| Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт | 065/029 | 10-40 | 4.93 | 9.31 | 34.77 | 244 |
| Скидка | | -15-45 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого по меню Комплекс №4 | | 73-15 | 23 | 32 | 84 | 766 |

Меню: Комплекс №5

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

| | | | | | | |
|----------------------------------|-----|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Макаронные изделия отварные | 100 | 6-10 | 3.48 | 3.19 | 21.29 | 125 |
| Чай полусладкий, 180/5 | 185 | 1-60 | 0 | 0 | 5 | 19 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 020 | 1-90 | 1.1 | 0.2 | 9 | 62 |
| Итого по меню Комплекс №5 | | 9-60 | 5 | 3 | 35 | 206 |

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание учащихся 1-4 кл с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

| | | | | | | |
|---|-----|-------|-------|------|-------|-----|
| Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/10 | 090 | 50-40 | 12.22 | 10.6 | 11.2 | 202 |
| Макаронные изделия отварные | 170 | 10-40 | 5.9 | 5.43 | 36.2 | 213 |
| Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7 | 217 | 6-20 | 0.36 | 0.05 | 14.07 | 55 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 025 | 2-43 | 1.37 | 0.25 | 11.25 | 77 |

Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ОБЕД

| | | | | | | |
|--|---------|---------------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Суп картофельный "Рисовое зернышко" | 250 | 11-90 | 2.02 | 2.75 | 19.71 | 103 |
| Напиток витаминный | 200 | 15-20 | 0 | 0 | 19.4 | 78 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 029 | 2-73 | 1.59 | 0.29 | 13.05 | 90 |
| Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт | 065/029 | 10-40 | 4.93 | 9.31 | 34.77 | 244 |
| Итого по меню Комплекс №6 | | 109-66 | 28 | 29 | 160 | 1062 |

Меню: Комплекс №7

Двухразовое питание учащихся 5-11 кл с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

| | | | | | | |
|--|---------|-------|-------|-------|-------|-----|
| Гуляш из филе птицы | 100 | 50-60 | 12.84 | 16.24 | 3.76 | 211 |
| Пюре картофельное | 180 | 22-20 | 3.72 | 6.55 | 21.92 | 175 |
| Чай полусладкий, 200/10 | 210 | 2-50 | 0 | 0 | 9.98 | 40 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 031 | 2-90 | 1.7 | 0.31 | 13.95 | 96 |
| Булочка Маковка ИЛИ Изделие бисквитное Мини Маффин 1шт | 065/029 | 10-40 | 4.93 | 9.31 | 34.77 | 244 |

Двухразовое питание учащихся 5-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

| | | | | | | |
|---|-----|---------------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Суп картофельный "Рисовое зернышко" | 250 | 11-90 | 2.02 | 2.75 | 19.71 | 103 |
| Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7 | 217 | 6-20 | 0.36 | 0.05 | 14.07 | 55 |
| Хлеб ИЛИ Батон (порциями) | 031 | 2-96 | 1.7 | 0.31 | 13.95 | 96 |
| Итого по меню Комплекс №7 | | 109-66 | 27 | 36 | 132 | 1020 |

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____