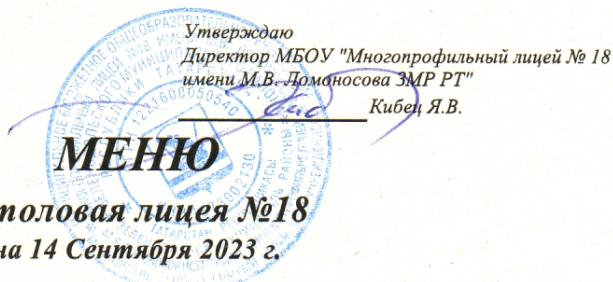


ООО "СОП"



**МЕНЮ**  
**Столовая лицей №18**  
**на 14 Сентября 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1**

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

Овощи свежие (помидоры) порционно	060	5-00	0.66	0.12	2.28	14
Гуляш из филе птицы	090	44-30	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	9-00	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	036	2-89	2.84	0.29	18.29	87
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>		<b>64-19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>61</b>	<b>506</b>

**Меню: Комплекс №2**

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

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	46-70	12.28	10.72	11.69	205
Пюре картофельное	170	17-20	3.5	6.18	20.7	165
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	029	2-50	2.06	0.35	14.79	64
Пряник (Северный, 1 шт.)	039	6-40	2.14	1.95	30.42	148
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>		<b>75-80</b>	<b>20</b>	<b>19</b>	<b>93</b>	<b>639</b>

**Меню: Комплекс №4**

**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Овощи свежие (помидоры) порционно	060	5-00	0.66	0.12	2.28	14
Гуляш из филе птицы	090	44-30	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	9-00	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	034	2-73	2.69	0.27	17.27	82
Сдоба обыкновенная	050	3-60	2.99	3.24	21.39	127
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>		<b>67-63</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>81</b>	<b>628</b>

**Меню: Комплекс №5**

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

Каша пшеничная вязкая	110	5-30	3.03	4.06	17.45	120
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1-20	0.16	0.3	1.48	9
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>		<b>8-80</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>29</b>	<b>167</b>

**Меню: Комплекс №6**

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

Овощи свежие (помидоры) порционно	060	5-00	0.66	0.12	2.28	14
Гуляш из филе птицы	090	44-30	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	9-00	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	036	2-89	2.84	0.29	18.29	87

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

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	15-00	2.13	5.69	20.17	131
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
Беккен с капустой, яйцом	095	16-80	6.25	10.69	25.09	221
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>		<b>101-38</b>	<b>31</b>	<b>37</b>	<b>137</b>	<b>988</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: Согласовано по телефону



ООО "СОП"

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

**МЕНЮ**  
**Столовая лицея №18**  
**на 14 Сентября 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1**

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

Овощи свежие (помидоры) порционно	060	0.66	0.12	2.28	14
Гуляш из филе птицы	090	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	036	2.84	0.29	18.29	87
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>61</b>	<b>506</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
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	029	2.06	0.35	14.79	64
Пряник (Северный, 1 шт.)	039	2.14	1.95	30.42	148
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>20</b>	<b>19</b>	<b>93</b>	<b>639</b>

**Меню: Комплекс №4**

**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Овощи свежие (помидоры) порционно	060	0.66	0.12	2.28	14
Гуляш из филе птицы	090	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	034	2.69	0.27	17.27	82
Сдоба обыкновенная	050	2.99	3.24	21.39	127
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>81</b>	<b>628</b>

**Меню: Комплекс №5**

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

Каша пшеничная вязкая	110	3.03	4.06	17.45	120
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	0.16	0.3	1.48	9
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>29</b>	<b>167</b>

**Меню: Комплекс №6**

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

Овощи свежие (помидоры) порционно	060	0.66	0.12	2.28	14
Гуляш из филе птицы	090	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	036	2.84	0.29	18.29	87

**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	030	2.37	0.24	15.24	73
Беккен с капустой, яйцом	095	6.25	10.69	25.09	221
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>101-38</b>	<b>31</b>	<b>37</b>	<b>137</b>	<b>988</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_



ООО "СОП"

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

**МЕНЮ**  
**Столовая лицей №18**  
 на 14 Сентября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1**

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

Овощи свежие (помидоры) порционно	060	5-00	0.66	0.12	2.28	14
Гуляши из филе птицы	090	44-30	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	9-00	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	036	2-89	2.84	0.29	18.29	87
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>		<b>64-19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>61</b>	<b>506</b>

**Меню: Комплекс №2**

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

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	46-70	12.28	10.72	11.69	205
Пюре картофельное	170	17-20	3.5	6.18	20.7	165
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	029	2-50	2.06	0.35	14.79	64
Пряник (Северный, 1 шт.)	039	6-40	2.14	1.95	30.42	148
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>		<b>75-80</b>	<b>20</b>	<b>19</b>	<b>93</b>	<b>639</b>

**Меню: Комплекс №4**

**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Овощи свежие (помидоры) порционно	060	5-00	0.66	0.12	2.28	14
Гуляши из филе птицы	090	44-30	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	9-00	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	034	2-73	2.69	0.27	17.27	82
Сдоба обыкновенная	050	3-60	2.99	3.24	21.39	127
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>		<b>67-63</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>81</b>	<b>628</b>

**Меню: Комплекс №5**

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

Каша пшеничная вязкая	110	5-30	3.03	4.06	17.45	120
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1-20	0.16	0.3	1.48	9
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>		<b>8-80</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>29</b>	<b>167</b>

**Меню: Комплекс №6**

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

Овощи свежие (помидоры) порционно	060	5-00	0.66	0.12	2.28	14
Гуляши из филе птицы	090	44-30	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	9-00	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	036	2-89	2.84	0.29	18.29	87

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

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	15-00	2.13	5.69	20.17	131
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
Беккен с капустой, яйцом	095	16-80	6.25	10.69	25.09	221
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>		<b>101-38</b>	<b>31</b>	<b>37</b>	<b>137</b>	<b>988</b>

Зав.производством:

Калькулятор: Согласовано по телефону