

ООО "СОП"

Утверждаю  
 Директор МБОУ "Лицей №14" ЗМР РТ  
 Куророва О.В.

# МЕНЮ

## Столовая лицея №14

на 07 Декабря 2023 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, 80/20	100	46-70	12.28	10.72	11.69	205
Макаронные изделия отварные	180	9-80	6.25	5.75	38.32	225
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	5-60	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб Сельский	026	2-09	1.43	0.26	11.7	81
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>		<b>64-19</b>	<b>21</b>	<b>17</b>	<b>75</b>	<b>565</b>

### Меню: Комплекс №2

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

Салат из квашеной капусты	100	10-50	1.6	5.07	7.68	83
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	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб Сельский	029	2-30	1.59	0.29	13.05	90
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>		<b>75-80</b>	<b>30</b>	<b>27</b>	<b>70</b>	<b>689</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	46-70	12.28	10.72	11.69	205
Макаронные изделия отварные	180	9-80	6.25	5.75	38.32	225
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	5-60	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб Сельский	029	2-33	1.59	0.29	13.05	90
Булочка с маком/батон с маком	050	3-20	3.93	1.58	27	141
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>		<b>67-63</b>	<b>25</b>	<b>18</b>	<b>104</b>	<b>715</b>

### Меню: Комплекс №5

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

Каша овсяная вязкая	120	5-20	3.17	5.24	14.24	118
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
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>213</b>

### Меню: Комплекс №6

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

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	46-70	12.28	10.72	11.69	205
Макаронные изделия отварные	180	9-80	6.25	5.75	38.32	225
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	5-60	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб Сельский	026	2-09	1.43	0.26	11.7	81

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

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	15-90	2.13	5.69	20.17	131
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Хлеб Сельский	024	1-89	1.32	0.24	10.8	74
Шафран с яблоками	070	17-10	3.36	6.78	29.82	195
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>		<b>101-38</b>	<b>27</b>	<b>30</b>	<b>146</b>	<b>1005</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: Согласовано по телефону