ООО "СОП"

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

МЕНЮ

Столовая лицея №14

на 14 Февраля 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, 50/50	100	12.84	16.24	3.76	211
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	043	3.4	0.34	21.84	104
Итого по меню Комплекс №1	**64-19**	**20**	**22**	**59**	**520**
Меню: Комплекс №2					
Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов					
Фрикадельки из цыплят	100	14.88	22.69	7.41	293
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Напиток апельсиновый с пряником, 200/40/1 шт. (Зареченские)	240	2.38	2.04	47.79	217
Батон	031	2.23	0.76	14.91	77
Итого по меню Комплекс №2	**75-80**	**24**	**33**	**111**	**843**
Меню: Комплекс №4					
Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей					
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы, 40/160	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Ватрушка с творогом	075	8.24	7.11	29.36	216
Итого по меню Комплекс №4	**67-63**	**23**	**27**	**79**	**647**
Меню: Комплекс №5					
Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (дотац. питание)					
Каша рисовая вязкая	100	1.49	3.1	15.07	95
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	018	1.29	0.44	8.66	45
Итого по меню Комплекс №5	**8-80**	**3**	**4**	**34**	**178**
Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ					
Завтрак					
Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы, 40/160	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай полусладкий с пряником в индивидуальной упаковке, 200/48/1 шт.	248	2.65	2.55	45.4	211
Батон	039	2.81	0.96	18.77	98
Обед					
Суп картофельный "Рисовое зернышко"	250	2.02	2.75	19.71	103
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80
Ватрушка с творогом	075	8.24	7.11	29.36	216
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	**101-38**	**31**	**32**	**171**	**1088**

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____