

ООО "СОП"

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



МЕНЮ

Столовая лицей №14

на 17 ноября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Филе минтая запеченное с овощами	090	42-00	14.8	15.8	7.59	156
Пюре картофельное	150	15-10	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	5-00	0.26	0.06	15.27	59
Батон	038	2-09	2.74	0.93	18.28	95
Итого по меню Комплекс №1		64-19	21	22	59	456

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Котлеты "Крепыш" с соусом красным основным	075/25	48-00	12.6	14.34	11.48	227
Макаронные изделия отварные с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 190/30	220	15-80	6.8	6.11	40.96	240
Напиток апельсиновый	200	9-10	0.18	0.04	16.59	68
Хлеб Сельский	037	2-90	2.03	0.37	16.65	115
Итого по меню Комплекс №2		75-80	22	21	86	650

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Филе минтая запеченное с овощами	090	42-00	14.8	15.8	7.59	156
Пюре картофельное	180	18-10	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	5-00	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб Сельский	032	2-53	1.76	0.32	14.4	99
Итого по меню Комплекс №4		67-63	21	23	59	489

Меню: Комплекс №5

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

Каша ячневая вязкая	140	5-30	2.97	4.43	19.34	128
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Батон	020	1-20	0.16	0.3	1.48	9
Итого по меню Комплекс №5		8-80	3	5	31	177

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

Филе минтая запеченное с овощами	090	42-00	14.8	15.8	7.59	156
Пюре картофельное	150	15-10	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	5-00	0.26	0.06	15.27	59
Батон	038	2-09	2.74	0.93	18.28	95

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	9-80	2.62	2.75	16.88	121
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Хлеб целебный ржаной	027	2-29	1.92	0.32	13.77	59
Треугольник с фаршем из мяса говядины	075	22-80	6.47	8.52	20.32	186
Итого по меню Комплекс №6		101-38	32	34	120	862

Зав. производством: _____

Калькулятор: Согласовано по телефону