

ООО "СОП"

Утверждено
 Директор МБОУ "Лицей №14" ЗМР РТ
 Куртосова О.В.

МЕНЮ**Столовая лицея №14**

на 22 ноября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/5/48/1шт.	170/5/48	30-90	13.14	12.41	37.57	310
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	5-00	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб Сельский	029	2-29	1.59	0.29	13.05	90
Пирожное песочное глазированное помадкой (Лакомка, 1 шт)	050	26-00	2.2	13.6	32	227
Итого по меню Комплекс №1		64-19	17	26	98	686

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Филе минтая запеченное с овощами	100	46-70	16.45	17.57	8.44	174
Пюре картофельное	180	18-10	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Батон	027	1-60	1.95	0.66	12.99	68
Пряник (Северный, 1 шт)	039	6-40	2.14	1.95	30.42	148
Итого по меню Комплекс №2		75-80	24	27	89	622

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1шт.	170/10/48	35-00	13.18	16.04	37.64	342
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	5-00	0.26	0.06	15.27	59
Батон	028	1-63	2.01	0.69	13.47	70
Пирожное песочное глазированное помадкой (Лакомка, 1 шт)	050	26-00	2.2	13.6	32	227
Итого по меню Комплекс №4		67-63	18	30	98	698

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша пшеничная вязкая	130	5-20	3.58	4.16	21.06	135
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Батон	022	1-30	1.59	0.54	10.59	55
Итого по меню Комплекс №5		8-80	5	5	42	230

Меню: Комплекс №6**Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак**

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/5/48/1шт.	170/5/48	30-90	13.14	12.41	37.57	310
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	5-00	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб Сельский	029	2-29	1.59	0.29	13.05	90
Пирожное песочное глазированное помадкой (Лакомка, 1 шт)	050	26-00	2.2	13.6	32	227

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

Суп крестьянский (крупа пшеничная) со сметаной, с зеленью, 250/1	251	11-20	1.94	5.1	12	96
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	034	2-69	1.87	0.34	15.3	105
Перемяч печёный с фаршем из мяса говядины	075	20-30	7.26	5.29	19.61	156
Итого по меню Комплекс №6		101-38	28	37	160	1100

Зав. производством: _____

Калькулятор: Согласовано по телефону