

ООО "СОП"

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

**МЕНЮ**

**Столовая лицея №14**  
 на 25 Апреля 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб белый	022	1.74	0.18	11.18	53
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>18</b>	<b>24</b>	<b>65</b>	<b>627</b>

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

Биточки рыбные с соусом красным основным, 80/20	100	10.08	5.52	13.15	146
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85
Печенье бисквитное (Лотте Чокопай, 1 шт.)	028	1.12	5.04	18.2	123
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>18</b>	<b>17</b>	<b>86</b>	<b>588</b>

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

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Батон	032	2.31	0.79	15.4	80
Печенье бисквитное (Лотте Чокопай, 1 шт.)	028	1.12	5.04	18.2	123
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>16</b>	<b>28</b>	<b>76</b>	<b>617</b>

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

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1.15	0.39	7.7	40
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>39</b>	<b>203</b>

**Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ****Завтрак**

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб белый	022	1.74	0.18	11.18	53
Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	050	3.93	1.58	26.99	141

**Обед**

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	1.85	5.57	8.03	94
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	032	2.53	0.26	16.26	77
Перемяч печёный с мясом птицы	080	7.85	7.62	21.06	183
<b>Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ:</b>	<b>101-38</b>	<b>30</b>	<b>37</b>	<b>126</b>	<b>1040</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_