

ООО "СОП"

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



МЕНЮ

Столовая лицея №14

на 28 Декабря 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Свекла отварная порционно	060	5-00	0.65	0.05	4.53	18
Гуляш из филе птицы	090	44-40	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	9-00	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	035	2-79	1.92	0.35	15.75	108.62
Итого по меню Комплекс №1		64-19	19	21	61	532

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	46-70	12.28	10.72	11.69	205
Пюре картофельное	180	18-10	3.72	6.55	21.92	175
Кофейный напиток	200	4-30	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб Сельский	025	2-00	1.37	0.25	11.25	77
Булочка ванильная	050	4-70	3.75	4.06	26.72	159
Итого по меню Комплекс №2		75-80	21	22	90	693

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Гуляш из филе птицы	090	44-40	11.57	14.62	3.39	190
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	034	2-73	1.86	0.34	15.3	105.78
Булочка "Маковка"	050	5-40	3.79	7.16	26.74	188
Итого по меню Комплекс №4		67-63	23	29	91	750

Меню: Комплекс №5

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

Макаронные изделия отварные	100	5-40	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Батон	018	1-10	1.29	0.44	8.66	45
Итого по меню Комплекс №5		8-80	5	4	40	210

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

Свекла отварная порционно	060	5-00	0.65	0.05	4.53	18
Гуляш из филе птицы	090	44-40	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	9-00	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	035	2-79	1.92	0.35	15.75	108.62

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 с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Батон	025	1-49	1.8	0.61	12.02	62
Беккен с капустой, яйцом	090	16-80	5.96	10.12	23.77	213
Итого по меню Комплекс №6		101-38	29	37	132	995

Зав. производством: _____

Калькулятор: Согласовано по телефону