# Приятного аппетита!

## Меню на 07.12.2022 г.

**Столовая МБОУ "Лицей им. В.В. Карпова ЗМР РТ"**

**1-я неделя / Среда**

| | Наименование и краткая характеристика | Номер рецептуры | Выход одного блюда, г. | Цена | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг. Ценность |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| | **Комплекс №1 а (учащиеся из многодет.семей)** | | | | | | | |
| | **Завтрак** | | | | | | | |
| 1 | Овощи свежие (огурцы) | 18 | 80 | 0,00 | 0,83 | 4,85 | 1,72 | 53,76 |
| 2 | Тефтели 1 вариант | 278 | 70 | 39,73 | 9,14 | 10,21 | 11,96 | 176,17 |
| 3 | Картофельное пюре | 128 | 170 | 22,09 | 3,51 | 10,38 | 20,38 | 195,90 |
| 4 | Чай с сахаром | 376 | 200/15 | 1,65 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 |
| 5 | Батон "Туристский"(йодированный) | 658 | 10 | 0,27 | 0,67 | 0,26 | 4,62 | 23,50 |
| | **ИТОГО** | | | **63,74** | **14,22** | **25,72** | **53,68** | **509,33** |
| | **Комплекс №2(старшие классы)** | | | | | | | |
| | **Обед для 5-11 классов** | | | | | | | |
| 1 | Овощи свежие (огурцы) | 18 | 80 | 0,00 | 0,83 | 4,85 | 1,72 | 53,76 |
| 2 | Суп картоф. с гречневой крупой | 101 | 250 | 7,01 | 2,69 | 2,84 | 17,46 | 118,25 |
| 3 | Тефтели 1 вариант | 278 | 70 | 39,73 | 9,14 | 10,21 | 11,96 | 176,17 |
| 4 | Картофельное пюре | 128 | 170 | 22,09 | 3,51 | 10,38 | 20,38 | 195,90 |
| 5 | Чай с сахаром | 376 | 200/15 | 1,65 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 |
| 6 | Батон "Туристский"(йодированный) | 658 | 25 | 1,16 | 1,68 | 0,65 | 11,55 | 58,75 |
| | **ИТОГО** | | | **71,64** | **17,91** | **28,94** | **78,07** | **662,83** |
| | **Комплекс № 2 (бесплатники)** | | | | | | | |
| 1 | Овощи свежие (огурцы) | 18 | 80 | 0,00 | 0,83 | 4,85 | 1,72 | 53,76 |
| 2 | Каша молочная "Дружба" | 175 | 80 | 7,37 | 0,32 | 1,85 | 0,66 | 20,48 |
| 3 | Чай с сахаром | 376 | 100 | 0,83 | 0,04 | 0,01 | 7,50 | 30,00 |
| 4 | Батон "Туристский"(йодированный) | 658 | 10 | 0,10 | 0,67 | 0,26 | 4,62 | 23,50 |
| | **ИТОГО** | | | **8,30** | **1,85** | **6,97** | **14,50** | **127,74** |

**Директор лицея:** **Королева Э.Н**

**Директор ООО "Надежда":** **Никифорова Е.Н.**