

ООО "СОП"

Утверждаю
Директор МБОУ "Лицей №9 им. А.С.Пушкина ЗМР
РТ"

Шагаева А. Ю



МЕНЮ

Столовая лицея №9 на 11 Мая 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Сосиски отварные	052.	5.72	12.43	0.83	138.32
Макаронные изделия отварные	165	5.73	5.27	35.12	205.7
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.27	0.06	15.75	61.06
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70.57
Кондитерское изделие без крема (корж молочный)	065	4.1	7.26	40.46	242.67
Итого по меню Комплекс №1	55-55	18	25	107	718

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Фрикадельки домашние	090	12.49	14.97	7.66	218
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром с лимоном, с пряником ("северные" 200/7/1шт)	246	3.03	2.53	57.1	259.53
Батон	034	2.45	0.83	16.35	85
Итого по меню Комплекс №2	71-64	23	25	108	752

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Сосиски отварные	104/2шт	11.44	24.86	1.66	276.64
Макаронные изделия отварные	165	5.73	5.27	35.13	206.25
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Булочка с маком	055	4.32	1.74	29.7	155.1
Итого по меню Комплекс №4	63-74	24	32	97	761

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	3.85	19.44	124.8
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.63	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	42	228

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

ООО "СОП"

Утверждаю

Директор МБОУ "Лицей №9 им. А.С.Пушкина ЗМР
РТ"

Шагаева А. Ю.

МЕНЮ
Столовая лицея №9
на 12 Мая 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Котлеты "Любительские"	050	7.58	6.56	6.65	123
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с кондитерским изделием без крема (кекс столичный 200/1шт)	225	2.16	5.69	54.53	295.87
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	15	18	94	640

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Биточки "Куручка Ряба"	100	19.24	16.12	7.02	267
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Батон	032	2.3	0.78	15.39	80
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	26	24	80	668

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Котлеты "Любительские"	050	7.58	6.56	6.65	123
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	33.93	129
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Шафран с яблоками	080	4.16	8.34	37.48	243.2
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	18	22	115	736

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша пшениная вязкая	120	3.3	4.43	19.04	130.8
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>8-30</u>	5	5	39	219

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

ООО "СОП"

Утверждаю

Директор МБОУ "Лицей №9 им. А.С.Пушкина ЗМР
РТ"

Шагаева А. Ю.

МЕНЮ
Столовая лицея №9
на 13 Мая 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Цыплята запеченные (голень)	110	27.44	21.54	1.09	333.3
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.8	31.93	187.5
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	35	27	62	653

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Овощи соленые (огурцы) порционно	010	0.08	0.01	0.17	1.5
Сосиски отварные	104/2 шт.	11.44	24.86	1.66	276.64
Пюре картофельное	170	3.51	6.19	20.7	165.28
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	032	2.3	0.78	15.39	80
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	18	32	53	580

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Овощи соленые (огурцы) порционно	010	0.08	0.01	0.17	1.5
Цыплята запеченные (голень)	110	27.44	21.54	1.09	333.3
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	224.4
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Булочка ванильная	045	3.37	3.65	24.05	143.1
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	39	31	94	825

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118.3
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>8-30</u>	5	5	40	219

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

ООО "СОП"

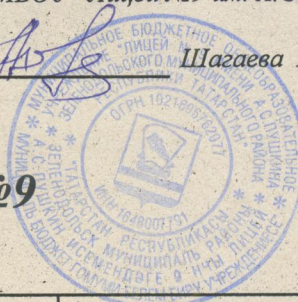
Утверждаю
Директор МБОУ "Лицей №9 им. А.С.Пушкина ЗМР
РТ"

Шагаева А. Ю

МЕНЮ

Столовая лицея №9

на 14 Мая 2022 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным (150/3)	153	6.42	5.47	33.48	205.02
Творожок в промышленной упаковке	100/шт	9.08	5	4	97
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Итого по меню Комплекс №1	55-55	18	11	67	434

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Цыплята запеч. (четвертинки)	120	29.94	23.5	1.2	365
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.19	212.5
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Булочка бутербродная	035	3.57	2.31	21.13	121.8
Итого по меню Комплекс №2	71-64	40	31	74	756

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным	153	6.42	5.47	33.48	205.02
Творожок в промышленной упаковке	100/шт	9.08	5	4	97
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	029	2.09	0.71	13.95	72.5
Пирожки печеные с яблоками	070	3.45	4.2	26.95	158.67
Итого по меню Комплекс №4	63-74	21	15	93	590

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	015	1.08	0.36	7.21	37.5
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	4	39	200

Зав.производством:

Калькулятор: