

ООО "СОП"



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

Шагаева А. Ю

МЕНЮ

Столовая лицея №9

на 11 Апреля 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Овощи свежие (огурцы) порционно	030	0.21	0.03	0.58	3
Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	090	12	13.15	11.45	216
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром с лимоном	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	72
Итого по меню Комплекс №1	55-55	20	18	74	537

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Фрикадельки домашние	090	12.49	14.97	7.66	218
Каша гречневая вязкая	175	5.26	6.46	25.82	183.75
Чай полусладкий с зефиром (1шт)	225	0.22	0.06	11.27	42.75
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Итого по меню Комплекс №2	71-64	20	22	59	519

Меню: Комплекс №3

Меню свободного выбора для учащихся старших классов

Обед	шт.	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №3	87-32	0	0	0	0

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Овощи свежие (огурцы) порционно	020	0.14	0.02	0.38	2
Биточки "Дружба" с соусом красным основным	090	12	13.15	11.45	216
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	224.4
Чай с сахаром с лимоном	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб цельный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Рулет с маком	060	4.43	8.81	30.5	219.6
Итого по меню Комплекс №4	63-74	25	28	111	786

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:

(Handwritten signature)

ООО "СОП"

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

Шагаева А. Ю.



МЕНЮ

Столовая лицея №9

на 12 Апреля 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
Каша гречневая вязкая	155	4.66	5.71	22.87	163.27
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	028	2.21	0.22	14.22	68.13
Кондитерское изделие без крема (корж молочный)	065	4.1	7.26	40.46	242.67
Итого по меню Комплекс №1	55-55	17	26	93	669

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Гуляш из говядины	080	2.36	2.1	0.53	30.56
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром с лимоном и печеньем ("курабье" 200/6/1шт)	225	0.29	0.07	17.12	66.37
Хлеб целебный ржаной	030	2.12	0.36	15.3	66
Итого по меню Комплекс №2	71-64	11	8	71	388

Меню: Комплекс №3

Меню свободного выбора для учащихся старших классов

Обед	шт.	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №3	87-32	0	0	0	0

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Сосиски отварные	052	5.72	12.43	0.83	138.32
Каша гречневая вязкая	170	5.11	6.27	25.08	178.5
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Треугольник с фаршем	075	6.48	8.52	20.32	184.5
Итого по меню Комплекс №4	63-74	20	28	77	629

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша рисовая вязкая	100	1.49	3.1	15.07	95
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-30	3	4	35	183

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 Апреля 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным (150/5)	155	5.11	7.42	30.72	208.73
Сыр порционно	015	3.54	3.99	0	52.5
Какао с молоком	200	3.77	3.8	20.08	127
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
Десерт фруктовый (яблоко)	105	0.42	0.42	10.29	49
Итого по меню Комплекс №1	55-55	15	16	73	500

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Овощи соленные (огурцы) порционно	010	0.08	0.01	0.16	1
Биточки рыбные	090	11.04	5.9	13.36	153.9
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Компот из свежих яблок с печеньем ("клоун" 200/шт)	220	0.18	0.18	20.78	82.5
Батон	029	2.09	0.71	13.95	72.5
Итого по меню Комплекс №2	71-64	17	13	70	485

Меню: Комплекс №3

Меню свободного выбора для учащихся старших классов

Обед	шт.	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №3	87-32	0	0	0	0

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным (150/5)	155	5.11	7.42	30.72	208.73
Какао с молоком	200	3.77	3.8	20.08	127
Хлеб целебный ржаной	035	2.48	0.42	17.85	77
Хачапури с сыром школьное	080	8.04	8.9	27.74	225.78
Десерт фруктовый (яблоко)	105	0.42	0.42	10.29	49.27
Итого по меню Комплекс №4	63-74	20	21	107	688

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша овсяная вязкая	100	2.64	4.37	11.87	98
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-30	4	5	32	186

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 Апреля 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
Напиток апельсиновый с пряником ("Северный" 200/1шт)	239	2.51	6.09	37.21	239
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №1	55-55	15	19	72	558

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Биточки "Курочка Ряба"	100	19.24	16.12	7.02	267
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Напиток из сока	200	0.25	0	21.32	84
Хлеб целебный ржаной	028	1.98	0.34	14.28	61.6
Итого по меню Комплекс №2	71-64	26	24	83	669

Меню: Комплекс №3

Меню свободного выбора для учащихся старших классов

Обед	шт.	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №3	87-32	0	0	0	0

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
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	029	2.06	0.35	14.79	63.22
Пирожки печёные с повидлом	085	4.76	1.92	48.5	231.2
Итого по меню Комплекс №4	63-74	18	15	92	670

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
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	39	219

Зав. производством:

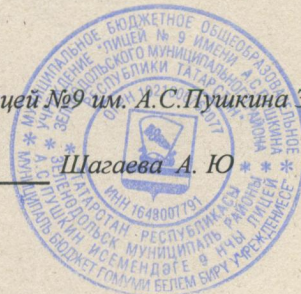
Калькулятор:

ООО "СОП"

Утверждаю

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

Шагаева А. Ю.



МЕНЮ

Столовая лицея №9 на 15 Апреля 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
Итого по меню Комплекс №1	55-55	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
Итого по меню Комплекс №2	71-64	18	32	53	580

Меню: Комплекс №3

Меню свободного выбора для учащихся старших классов

Обед	шт.	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №3	87-32	0	0	0	0

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
Итого по меню Комплекс №4	63-74	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
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	40	219

Зав. производством: *М*

Калькулятор: *СОП*

ООО "СОП"



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

Шагаева А. Ю

МЕНЮ

Столовая лицея №9

на 16 Апреля 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
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	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
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	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
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	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
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>8-30</u>	5	4	39	200

Зав. производством: _____
Калькулятор: _____