

ООО "СОП"



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

Шагаева А. Ю

МЕНЮ

Столовая лицея №9

на 04 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	150	5.21	4.79	31.93	187
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	33.93	129
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	17	25	122	768

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Тефтели из говядины (1 вариант)	100	13.2	15.82	13.58	249
Каша гречневая вязкая	185	5.56	6.82	27.3	194.25
Чай с сахаром и печеньем ("к кофе")	212	1.7	3.42	30.03	153.7
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	72.6
Итого по меню Комплекс №2	71-64	23	26	86	670

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	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 цельнозерновой 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

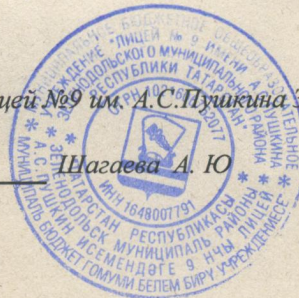
Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

ООО "СОП"

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

Шагаева А. Ю.



МЕНЮ

Столовая лицея №9

на 05 Мая 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	035	0.24	0.03	0.68	3.5
Котлеты "Любительские"	050	7.58	6.56	6.66	123.89
Каша гречневая рассыпчатая	150	8.58	6.61	42.22	265.5
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
Итого по меню Комплекс №1	55-55	18	14	62	533

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Овощи соленные (огурцы) порционно	010	0.08	0.01	0.17	1.5
Плов из филе цыплят (60,180)	240	22.3	21.83	52.88	483.13
Напиток апельсиновый с пряником ("заречинский" 200/1шт)	200/39	2.1	5.1	31.14	200
Хлеб целебный ржаной	025	1.77	0.3	12.75	55
Итого по меню Комплекс №2	71-64	26	27	97	740

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	6.66	123.89
Каша гречневая рассыпчатая	150	8.58	6.61	42.22	265.5
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Беккен с капустой, яйцом	065	4.3	7.31	17.17	153.83
Итого по меню Комплекс №4	63-74	23	21	81	687

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 лицей №9 на 06 Мая 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Филе куриное с тушёными овощами (50/10/10)	070	12.37	17.29	2.89	215.6
Макаронные изделия отварные	165	5.73	5.27	35.12	205.7
Чай с сахаром и пряником ("заречинский" 200/1шт)	239	2.87	2.45	55.22	249.75
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	<u>23</u>	<u>25</u>	<u>109</u>	<u>737</u>

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Фрикадельки домашние	090	12.49	14.97	7.66	218
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
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 №2</u>	<u>71-64</u>	<u>19</u>	<u>22</u>	<u>59</u>	<u>525</u>

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Овощи свежие (огурцы) порционно	015	0.1	0.01	0.28	1.5
Филе куриное с тушёными овощами	070	12.37	17.29	2.89	215.6
Макаронные изделия отварные	165	5.73	5.27	35.12	205.7
Чай с сахаром с пряниками ("заречинский" 200/2шт)	278	3	3.28	96.08	423.95
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	<u>23</u>	<u>27</u>	<u>149</u>	<u>922</u>

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>	<u>5</u>	<u>5</u>	<u>40</u>	<u>219</u>

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____