**МЕНЮ****Столовая лицея №9
на 28 Февраля 2022 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс**

Котлеты "Крепыш"	080	13.26	14.83	10.74	232
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	168.53
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №1	55-55	21	21	65	531

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак 5-11 классы**

Тефтели из говядины (1 вариант)	100	13.2	15.82	13.58	249
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	180/3	5.42	9.11	26.58	211
Чай с сахаром с лимоном, конфетами ("шокозаврики")	200/7/1шт	1.46	7.95	32.98	206
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Итого по меню Комплекс №2	71-64	22	33	88	731

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 "Крепыш"	080	13.26	14.83	10.74	232
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
Пирожки печеные с яблоками	080	3.95	4.8	30.79	181.33
Итого по меню Комплекс №4	63-74	24	27	93	703

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

Каша молочная "Дружба"	100	3.28	2.04	19.8	111
Чай полусладкий	180	0.18	0.04	9.02	34.2
Батон	015	1.08	0.36	7.21	37.5
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	2	36	183

Зав.производством:

Калькулятор:

ООО "СОП"

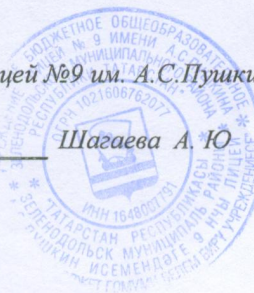
Утверждаю
Директор МБОУ "Лицей №9 им. А.С.Пушкина ЗМР
РТ"

Шагаева А. Ю.

МЕНЮ

Столовая лицея №9

на 01 Марта 2022 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Биточки рыбные (из сайды)	080	9.94	5.26	12.02	139
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Булочка российская	070	4.77	5.83	39.12	228.67
Итого по меню Комплекс №1	55-55	21	17	100	649

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Кнели из цыплят	100	14.29	14.2	6.89	228.75
Рис отварной с маслом сливочным	180/3	4.41	9.7	40.79	276
Напиток апельсиновый с зефиром	200/1шт	0.18	0.04	16.59	65
Батон	031	2.23	0.75	14.91	77.5
Итого по меню Комплекс №2	71-64	21	25	79	647

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

Биточки рыбные (из сайды)	080	9.94	5.26	12.02	139
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	72.6
Булочка "Творожная"	060	7	5.21	29.18	193.71
Итого по меню Комплекс №4	63-74	23	17	90	613

Меню: Комплекс №5

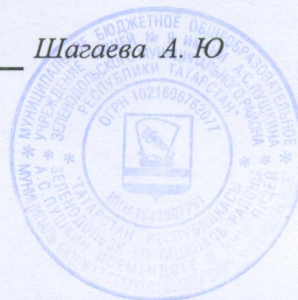
Дотационное питание

Каша рисовая вязкая	100	1.49	3.1	15.07	95
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	032	2.3	0.78	15.39	80
Итого по меню Комплекс №5	8-30	4	4	45	232

Зав. производством:

Калькулятор:

Handwritten signature and stamp.

МЕНЮ**Столовая лицея №9
на 03 Марта 2022 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс**

Котлеты "Любительские"	090	13.65	11.8	11.98	223
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №1	55-55	19	18	60	499

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	240	22.3	21.83	52.88	483.13
Напиток из сока	200	0.25	0	21.32	84
Хлеб целебный ржаной	030	2.12	0.36	15.3	66
Булочка Домашняя	070	4.93	9.03	39.19	259
Итого по меню Комплекс №2	71-64	30	31	129	894

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"	090	13.65	11.8	11.98	223
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Булочка "Маковка"	055	4.17	7.88	29.41	206.8
Итого по меню Комплекс №4	63-74	24	27	94	727

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

Каша пшеничная вязкая молочная	100	4.18	2.42	21.52	124
Чай полусладкий	180	0.18	0.04	9.02	34.2
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-30	6	3	40	208

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

МЕНЮ**Столовая лицея №9
на 04 Марта 2022 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс**

Биточки "Дружба"	090	13.5	14.79	12.88	243
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	025	1.97	0.2	12.7	60.83
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	20	21	63	519

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак 5-11 классы**

Кнели из говядины	090	13.91	10.4	5.01	168
Пюре картофельное с маслом	180/3	3.73	8.67	21.95	194
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.12	0.36	15.3	66
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	20	19	57	485

Меню: Комплекс №3**Меню свободного выбора для учащихся старших классов**

Обед	шт.	0	0	0	0
<u>Итого по меню Комплекс №3</u>	<u>87-32</u>	0	0	0	0

Меню: Комплекс №4**Учащиеся из многодетных семей**

Биточки "Дружба"	090	13.5	14.79	12.88	243
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189.6
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	025	1.77	0.3	12.75	54.5
Пирожки печеные с картофелем	070	4.07	4.14	32.62	182.93
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	25	26	100	729

Меню: Комплекс №5**Дотационное питание**

Каша пшеничная вязкая молочная	100	4.18	1.92	21.86	120
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>	6	3	44	220

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

ООО "СОП"

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

Шагаева А. Ю

МЕНЮ

Столовая лицей №9 на 05 Марта 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	155/5	5.14	10.27	30.76	234.22
Сосиски отварные	053/шт	5.83	12.67	0.85	141.33
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Десерт фруктовый (яблоко)	115	0.46	0.46	11.27	53.67
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	<u>14</u>	<u>24</u>	<u>75</u>	<u>568</u>

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Сосиски отварные	106/2 шт.	11.66	25.33	1.7	281.96
Макаронные изделия отварные	175	6.08	5.59	37.26	218.75
Чай с сахаром с лимоном, с пряником ("заречинским")	200/7/1шт	2.46	2.06	46.42	211
Хлеб целебный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70.4
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	<u>22</u>	<u>33</u>	<u>102</u>	<u>782</u>

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	180/5	5.97	11.93	35.72	272
Сосиски отварные	053/шт	5.83	12.67	0.85	141.33
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Булочка "Веснушка" (с сах. пудрой)	050/0,5	3.78	3.16	27.08	154
Десерт фруктовый (яблоко)	115/шт	0.46	0.46	11.27	53.67
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	<u>18</u>	<u>29</u>	<u>90</u>	<u>764</u>

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша молочная "Дружба"	100	3.28	2.04	19.8	111
Чай полусладкий	180	0.18	0.04	9.02	34.2
Батон	015	1.08	0.36	7.21	37.5
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>8-30</u>	<u>5</u>	<u>2</u>	<u>36</u>	<u>183</u>

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____