

МАОУ «Лицей- интернат №2»

Меню 13.01.2026

Наименование блюд	Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал
			белки	жиры	угл-ды	
	ЗАВТРАК					
Каша геркулесовая молочная с маслом		150/5	6.35	6.80	28.52	207.66
Чай с сахаром		200/8	0.01	0.00	7.99	31.97
Бутерброд с сыром, маслом		30/15/10	6.28	12.11	15.50	197.20
	ОБЕД					
Салат Прага		100	6.43	11.93	2.00	141.65
Щи из св. капусты с курицей, сметаной		250/10/5	1.82	5.20	8.94	90.67
Картофель запеченный		150	3.51	8.22	28.40	201.67
Рыба по-московски		90	17.98	13.78	1.94	204.00
Кисель		200	0.00	0.00	13.10	52.62
Хлеб пшеничный/ ржано-пшеничный		20/20	1.52 1,0	0.16 0,2	9.84 9,0	47.00 44,0
	ПОЛДНИК					
Печенье американер с кунжутом		30	2.49	8.63	18.54	161.89
Напиток яблочный		200	0.10	0.10	12.43	51.65

Директор

Зав. столовой



**МАОУ «Лицей- интернат №2»
 Меню 13.01.2026**

Наименование блюд	Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			белки	жиры	угл-ды	Ккал
	УЖИН					
Спагетти отварные		180	6.72	6.08	43.08	254.11
Ежики мясные в соусе		60/30	9.68	16.84	9.08	226.74
Напиток яблочный		200	0.10	0.10	12.43	51.65
Хлеб ржано-пшеничный		30	1.50	0.30	13.50	77.00
	2 ужин					
Катык 2,5%		200	5,6	5.0	8.4	102.00
Вафли		42	1.64	12.85	26.25	227.64

Директор
 Зав. столовой

