

МЕНЮ

Столовая лицея №14

на 07 Сентября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Овоцы свежие (помидоры) порционно	060	5-00	0.66	0.12	2.28	14
Гуляш из филе птицы	090	44-30	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	9-00	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	036	2-89	2.84	0.29	18.29	87
Итого по меню Комплекс №1		64-19	20	21	61	506

Меню: Комплекс №2Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	46-70	12.28	10.72	11.69	205
Пюре картофельное	170	17-20	3.5	6.18	20.7	165
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб цельный ржаной	029	2-50	2.06	0.35	14.79	64
Пряник (Северный, 1 шт.)	040	6-40	2.2	2	31.2	152
Итого по меню Комплекс №2		75-80	20	19	93	643

Меню: Комплекс №4Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Овоцы свежие (помидоры) порционно	060	5-00	0.66	0.12	2.28	14
Гуляш из филе птицы	090	44-30	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	9-00	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	034	2-73	2.69	0.27	17.27	82
Сдоба обыкновенная	050	3-60	2.99	3.24	21.39	127
Итого по меню Комплекс №4		67-63	23	24	81	628

Меню: Комплекс №5Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)

Каша пшеничная вязкая	110	5-30	3.03	4.06	17.45	120
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1-20	0.16	0.3	1.48	9
Итого по меню Комплекс №5		8-80	3	4	29	167

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБЗавтрак

Овоцы свежие (помидоры) порционно	060	5-00	0.66	0.12	2.28	14
Гуляш из филе птицы	090	44-30	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая	150	9-00	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	036	2-89	2.84	0.29	18.29	87

Обед

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	15-00	2.13	5.69	20.17	131
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	030	2-39	2.37	0.24	15.24	73
Беккен с капустой, яйцом	095	16-80	6.25	10.69	25.09	221
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ		101-38	31	37	137	888

Зав. производством:

Калькулятор: Согласовано по телефону