

МЕНЮ

Столовая лицея №14

на 07 Ноября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	090	12	13.15	11.45	216
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70
Итого по меню Комплекс №1	55-55	21	19	77	552

Меню: Комплекс №2Горячий завтрак 5-11 классы

Фрикадельки домашние	090	12.49	14.97	7.66	218
Каша гречневая вязкая	175	5.26	6.45	25.82	184
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб цельнозерновой ржаной	024	1.7	0.29	12.24	53
Десерт фруктовый (яблоко)	075	0.3	0.3	7.35	35
Итого по меню Комплекс №2	71-64	20	22	68	547

Меню: Комплекс №4Учащиеся из многодетных семей

Овощи свежие (огурцы) порционно	035	0.25	0.04	0.68	4
Биточки "Дружба"	080	12	13.15	11.45	216
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Пирожки печёные с повидлом	075	4.2	1.69	42.79	204
Итого по меню Комплекс №4	63-74	25	20	121	763

Меню: Комплекс №5Дополнительное питание

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	3.85	19.44	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	42	228

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗЗавтрак

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	090	12	13.15	11.45	216
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Батон	033	2.37	0.81	15.88	83
Хачапури с сыром школьное	075	7.53	8.35	26.02	213
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ	95-55	36	32	141	1068

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____