

МЕНЮ

Столовая лицея №14

на 08 Ноября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Сосиски отварные с соусом красным (80/10)	090	8.88	19.3	1.89	217
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Чай с сахаром с лимоном и печеньем (200/5/15/1шт) ("Царское")	220	1.21	4.55	23.71	137
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №1	55-55	17	29	67	593

Меню: Комплекс №2Горячий завтрак 5-11 классы

Пюре картофельное	190	3.92	6.91	23.13	185
Биточки рыбные	100	12.27	6.56	14.85	171
Компот из ягод с пряником (200/40/1шт) ("Зареченские")	240	2.4	2.08	47.63	218
Хлеб целебный ржаной	028	1.99	0.34	14.28	61
Итого по меню Комплекс №2	71-64	21	16	100	635

Меню: Комплекс №4Учащиеся из многодетных семей

Сосиски отварные	080	8.8	19.12	1.28	213
Каша пшеничная вязкая	150	4.14	4.8	24.29	156
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Батон	027	1.95	0.66	12.99	68
Рогалик с вареным сгущенным молоком	075	6.91	8.93	44.04	289
Итого по меню Комплекс №4	63-74	22	34	98	785

Меню: Комплекс №5Дополнительное питание

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1.15	0.39	7.7	40
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	4	39	203

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗЗавтрак

Сосиски отварные с соусом красным (80/10)	090	8.88	19.3	1.89	217
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Чай с сахаром с лимоном и печеньем (200/5/15/1шт) ("Царское")	220	1.21	4.55	23.71	137
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73

Обед

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	1.85	5.57	8.03	94
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75
Перемяч печёный с мясом	080	7.75	5.65	20.9	166
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ	95-55	29	41	127	990

Зав. производством:

Калькулятор: