

# МЕНЮ

## Столовая лицей №14

на 15 Сентября 2022 г.



| Наименование блюда | Выход | Пищевая ценность |      |          |      |
|--------------------|-------|------------------|------|----------|------|
|                    |       | Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |

### Меню: Комплекс №1

#### Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

|                                                    |              |           |           |            |            |
|----------------------------------------------------|--------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Кнели из цыплят с соусом                           | 080          | 10.08     | 10.06     | 5.33       | 163        |
| Каша гречневая вязкая                              | 150          | 4.51      | 5.53      | 22.13      | 158        |
| Компот из ягод с пряником ("Заречинским" 200/1 шт) | 243          | 4.28      | 4.65      | 56.3       | 284.31     |
| Хлеб белый                                         | 033          | 2.6       | 0.26      | 16.76      | 80.14      |
| <b>Итого по меню Комплекс №1</b>                   | <b>55-55</b> | <b>21</b> | <b>20</b> | <b>101</b> | <b>685</b> |

### Меню: Комплекс №2

#### Горячий завтрак 5-11 классы

|                                                   |              |           |           |           |            |
|---------------------------------------------------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Овощи свежие (огурцы) порционно                   | 060          | 0.43      | 0.06      | 1.16      | 7          |
| Плов из филе цыплят (60/180)                      | 240          | 17.84     | 16.81     | 48.54     | 400        |
| Напиток из сока с печеньем ("Солдатики" 200/1 шт) | 215          | 1.3       | 2.72      | 30.73     | 163.4      |
| Батон                                             | 038          | 2.74      | 0.93      | 18.28     | 94.46      |
| <b>Итого по меню Комплекс №2</b>                  | <b>71-64</b> | <b>22</b> | <b>21</b> | <b>99</b> | <b>665</b> |

### Меню: Комплекс №4

#### Учащиеся из многодетных семей

|                                                   |              |           |           |            |            |
|---------------------------------------------------|--------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Кнели из цыплят с соусом                          | 080          | 10.08     | 10.06     | 5.33       | 163        |
| Каша гречневая вязкая                             | 180          | 5.41      | 6.64      | 26.56      | 189        |
| Компот из ягод с пряником ("заречинским" 200/2шт) | 286          | 5.03      | 5.48      | 66.27      | 334.62     |
| Хлеб белый                                        | 035          | 2.76      | 0.28      | 17.78      | 84.7       |
| <b>Итого по меню Комплекс №4</b>                  | <b>63-74</b> | <b>23</b> | <b>22</b> | <b>116</b> | <b>771</b> |

### Меню: Комплекс №5

#### Дополнительное питание

|                                  |             |          |          |           |            |
|----------------------------------|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Каша пшеничная вязкая            | 120         | 3.3      | 4.43     | 19.04     | 130.8      |
| Чай полусладкий                  | 200         | 0.2      | 0.05     | 10.02     | 38         |
| Батон                            | 020         | 1.44     | 0.49     | 9.62      | 50         |
| <b>Итого по меню Комплекс №5</b> | <b>8-30</b> | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>39</b> | <b>219</b> |

### Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ

#### Завтрак

|                                                   |     |       |       |       |        |
|---------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| Кнели из цыплят с соусом                          | 080 | 10.08 | 10.06 | 5.33  | 163    |
| Каша гречневая вязкая                             | 150 | 4.51  | 5.53  | 22.13 | 158    |
| Компот из ягод с пряником ("заречинским" 200/1шт) | 243 | 4.28  | 4.65  | 56.3  | 284.31 |
| Хлеб белый                                        | 033 | 2.6   | 0.26  | 16.76 | 80.14  |

#### Обед

|                                                          |              |           |           |            |             |
|----------------------------------------------------------|--------------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Суп картофельный "Рисовое зернышко"                      | 250          | 2.02      | 2.75      | 19.71      | 103         |
| Напиток апельсиновый                                     | 200          | 0.18      | 0.04      | 16.59      | 65          |
| Хлеб белый                                               | 029          | 2.29      | 0.23      | 14.73      | 70.18       |
| Треугольник с фаршем                                     | 075          | 6.48      | 8.52      | 20.32      | 184.5       |
| <b>Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ</b> | <b>95-55</b> | <b>32</b> | <b>32</b> | <b>172</b> | <b>1108</b> |

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_