

# МЕНЮ

## Столовая лицея №14

на 19 Декабря 2022 г.

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

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

|                                                    |              |           |           |           |            |
|----------------------------------------------------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Салат из квашеной капусты                          | 060          | 0.95      | 3.05      | 4.61      | 49         |
| Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10) | 090          | 12.07     | 13.32     | 12.02     | 219        |
| Макаронные изделия отварные                        | 170          | 5.9       | 5.43      | 36.2      | 213        |
| Чай с сахаром с лимоном (200/7)                    | 207          | 0.26      | 0.06      | 15.22     | 59         |
| Хлеб белый                                         | 032          | 2.53      | 0.26      | 16.26     | 77         |
| <b>Итого по меню Комплекс №1</b>                   | <b>55-55</b> | <b>22</b> | <b>22</b> | <b>84</b> | <b>617</b> |

Меню: Комплекс №2Горячий завтрак 5-11 классы

|                                                                    |              |           |           |           |            |
|--------------------------------------------------------------------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Фрикадельки домашние с соусом (90/10)                              | 100          | 12.49     | 14.97     | 7.66      | 218        |
| Каша гречневая вязкая                                              | 180          | 5.41      | 6.64      | 26.56     | 189        |
| Чай с сахаром с лимоном, с пряником (200/7/40/1шт) ("Зареченский") | 247          | 2.46      | 2.06      | 46.42     | 211        |
| Хлеб целебный ржаной                                               | 027          | 1.92      | 0.32      | 13.77     | 59         |
| <b>Итого по меню Комплекс №2</b>                                   | <b>71-64</b> | <b>22</b> | <b>24</b> | <b>94</b> | <b>677</b> |

Меню: Комплекс №4Учащиеся из многодетных семей

|                                                    |              |           |           |            |            |
|----------------------------------------------------|--------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Салат из квашеной капусты                          | 060          | 0.95      | 3.05      | 4.61       | 49         |
| Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10) | 090          | 12.07     | 13.32     | 12.02      | 219        |
| Макаронные изделия отварные                        | 170          | 5.9       | 5.43      | 36.2       | 213        |
| Чай с сахаром с лимоном (200/7)                    | 207          | 0.26      | 0.06      | 15.22      | 59         |
| Хлеб целебный ржаной                               | 032          | 2.27      | 0.38      | 16.32      | 70         |
| Пирожки печёные с повидлом                         | 075          | 4.2       | 1.69      | 42.79      | 204        |
| <b>Итого по меню Комплекс №4</b>                   | <b>63-74</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>127</b> | <b>814</b> |

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         |
| <b>Итого по меню Комплекс №5</b> | <b>8-30</b> | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>42</b> | <b>228</b> |

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ и МОБЗавтрак

|                                                    |     |       |       |       |     |
|----------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|-----|
| Салат из квашеной капусты                          | 060 | 0.95  | 3.05  | 4.61  | 49  |
| Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10) | 090 | 12.07 | 13.32 | 12.02 | 219 |
| Макаронные изделия отварные                        | 170 | 5.9   | 5.43  | 36.2  | 213 |
| Чай с сахаром с лимоном (200/7)                    | 207 | 0.26  | 0.06  | 15.22 | 59  |
| Хлеб белый                                         | 032 | 2.53  | 0.26  | 16.26 | 77  |

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         |
| <b>Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ и Л</b> | <b>95-55</b> | <b>37</b> | <b>36</b> | <b>148</b> | <b>1133</b> |

Зав. производством:

Калькулятор: