

МАОУ «Лицей- интернат №2»  
 Меню 21.01.2026

| Наименование блюд                               | Прием пищи | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность |
|-------------------------------------------------|------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|
|                                                 |            |              | белки            | жиры        | угл-ды      |                         |
|                                                 | ЗАВТРАК    |              |                  |             |             | Ккал                    |
| Бутерброд с маслом                              |            | 30/10        | 2.33             | 8.12        | 15.50       | 144.70                  |
| Омлет натуральный                               |            | 100          | 10.83            | 12.63       | 1.91        | 167.21                  |
| Каша полбяная молочная с маслом                 |            | 150/5        | 5.92             | 5.56        | 25.06       | 180.78                  |
| Чай с сахаром                                   |            | 200/8        | 0.01             | 0.00        | 7.99        | 31.97                   |
|                                                 | ОБЕД       |              |                  |             |             |                         |
| Салат Каприз                                    |            | 100          | 2.68             | 12.05       | 5.69        | 144.12                  |
| Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной |            | 250          | 2.29             | 5.38        | 16.93       | 125.95                  |
| Макароны отварные                               |            | 180          | 6.72             | 6.08        | 43.08       | 254.11                  |
| Шашлык из куриных грудок                        |            | 80           | 13.71            | 14.01       | 1.02        | 183.56                  |
| Компот из яблок                                 |            | 200          | 0.08             | 0.08        | 11.94       | 49.30                   |
| Хлеб пшеничный/ ржано-пшеничный                 |            | 20/20        | 1.52<br>1,0      | 0.16<br>0,2 | 9.84<br>9,0 | 47.00<br>44,0           |
|                                                 | ПОЛДНИК    |              |                  |             |             |                         |
| Напиток лимонный                                |            | 200          | 0.14             | 0.02        | 14.45       | 61.30                   |
| Печенье сдобное                                 |            | 30           | 2.49             | 8.63        | 18.54       | 161.89                  |

Директор

Зав. столовой



МАОУ «Лицей- интернат №2»  
 Меню 21.01.2026

| Наименование блюд          | Прием пищи | Масса порции | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая ценность |
|----------------------------|------------|--------------|------------------|-------|--------|-------------------------|
|                            |            |              | белки            | жиры  | угл-ды |                         |
|                            | УЖИН       |              |                  |       |        |                         |
| Каша гречневая рассыпчатая |            | 180          | 7.95             | 6.48  | 50.25  | 290.97                  |
| Котлеты Аппетитные         |            | 90           | 12.77            | 13.87 | 8.00   | 204.42                  |
| Напиток лимонный           |            | 200          | 0.14             | 0.02  | 14.45  | 61.30                   |
| Хлеб ржано-пшеничный       |            | 30           | 1.50             | 0.30  | 13.50  | 77.00                   |
|                            |            |              |                  |       |        |                         |
|                            | 2 ужин     |              |                  |       |        |                         |
| Ряженка 2,5%               |            | 200          | 5.80             | 5.00  | 8.40   | 108.00                  |
| Печенье                    |            | 16           | 1.10             | 2.21  | 11.86  | 71.36                   |

Директор

Зав. столовой

