МАОУ «Лицей- интернат №2»
Меню 02.02.2024

Наименование блюд	Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			белки	жиры	угл-ды	Ккал
	ЗАВТРАК					
Каша пшеничная молочная с маслом		250/7	5,89	9,20	55,20	327,16
Омлет натуральный		60/3	5,30	8,00	1,00	97,20
Какао с молоком		200	3,60	2,70	13,80	93,90
Бутерброд с сыром		50/15	7,10	4,00	22,00	152,40
Итого:		585	21,89	23,90	92,00	670,66
	ОБЕД					
Зеленый горошек порционно		50	1,24	0,10	14,14	62,42
Рассольник на м/б, со сметаной		250/5	5,70	10,60	15,80	181,40
Картофельное пюре Рыба под овощами		100/100	19,00	19,00	40,00	407,00
Напиток из яблок		200	0,20	0,10	15,20	62,50
Хлеб пшеничный		30	2,40	0,30	14,70	71,10
Хлеб сельский		80	4,00	0,80	38,40	176,80
Итого:		815	32,54	30,90	138,24	961,22
	ПОЛДНИК					
Яблоко		150	0,6	0,45	15,5	68,45
Ватрушка с сыром		50	12,80	12,40	18,00	234,80
Чай с сахаром, лимоном		200	0,3	0,3	26,4	109,50
Итого:		400	13,70	13,15	59,90	412,75
	УЖИН					
Огурцы соленые		100	0,75	6,02	2,35	66,58
Плов из птицы		250,00	10,50	12,20	24,00	247,80
Сок		200/10/7	0,2	0,04	10,2	41,96
Хлеб сельский		40	2,00	0,40	19,20	88,40
Хлеб пшеничный		50	4,00	0,50	24,50	118,50
Итого:		657	17,45	19,16	80,25	563,24
	2 ужин					
Ряженка		200	4,70	5,00	19,00	139,80
Итого:		200	4,70	5,00	19,00	139,80
ВСЕГО:		2657	90,28	92,11	389,39	2747,67

Директор

Зав. столовой