

Меню

Для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее № 23
23 октября 2023 г ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюд	выход ст-ть	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
Салат- бар	100	2	6,2	8,1	97
Фрукты свежие(яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Рыба(филе)по-Московски	85/20	21,4	14,9	1,9	227
Грудка куриная в томатном соусе	50/50	9,9	10,6	3,6	150
ГАРНИРЫ					
Плов с говядиной	40/120	11,1	13,3	34,5	305
Макаронные изделия отварные(м/сл.)	180	6,8	5,4	43,1	248
НАПИТКИ					
Чай пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Напиток из замороженной чёрной смородины	200	0,14	0	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	20/15	2,14	0,3	16,38	79

79

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

