

# МЕНЮ

10 октября 2022 года

ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование продуктов      Выход   Ст-ть      Белки   Жиры   Угл-ды   Ккал

## Горячее бесплатное питание младшие

Каша вязкая молочная из рисовой и пшенной крупы с маслом	150/5		5,96	10,32	6,34	142
Блинчики со сгущёнкой	1/45/10		3,19	2,52	19,5	114
Сыр порциями	15		3,94	3,99		53
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Какао с молоком	200		3,97	2,1	25,16	145
Батон	35		2,62	1,02	17,99	92
			<b>20,16</b>	<b>20,43</b>	<b>80,75</b>	<b>592</b>
			<b>62,10р.</b>			

## ОБЕД

Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками	250/11		7,58	7	19,6	171
Вак- балиш с мясом и рисом	90		9,4	12,5	29,5	270
Компот из плодов сушёных(урюк)	200		1	0,1	30,56	128
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
			<b>19</b>	<b>19,73</b>	<b>88,7</b>	<b>613</b>
			<b>48,00р.</b>			



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn



# Меню

Для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее № 23  
10 октября 2022 г ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюд	выход	ст-ть	белки	жиры	углев.
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</b>					
Овощи свежие(помидоры)	75		0,83	0,2	2,85
Салат из белокачанной капусты	100		1,55	5,1	9,41
Салат из фасоли,кукурузы с сыром,сухариками	80		5,89	12	8,912
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>					
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23
Грудка куриная в томатном соусе	60/40		2,2	12,1	2,9
<b>ГАРНИРЫ</b>					
Макароны отварные	180		6,77	5,4	43,13
<b>НАПИТКИ</b>					
Чай черный пакет. С сахаром	200/8				8
Компот из свежих плодов(яблоки)	200		0,08	0,1	11,9
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	15/15		1,89	0,3	14,13
			<b>73,00р.</b>		



Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

