

# Меню

Для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее № 23  
11 апреля 2023г. ВТОРНИК

Наименование блюд	выход	ст-ть	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)</b>						
Салат Столичный с соусом Переменка	80		5,3	12,9	5,4	159
Овощи натуральные свежие (помидоры)	60		0,42	0,1	1,14	7
Яйцо под соусом "Переменка"	48/5/5		6,5	11,3	1,1	132
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Рыба(филе)запеченая с сыром ,соусом	60/5/5		14,9	8,8	0,2	140
Котлеты Аппетитные	90		13,8	14,7	8	216
Нагетсы куриные	4шт/64		13	15,8	2,26	200
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Макаронные изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
Чай черный пакетированныйс сахаром лимоном	200/8/5		0,05	0	8,13	34
Компот из замороженной вишни	200		0,14	0	11,15	46
	<b>сред.</b>		<b>0,05</b>	<b>0,05</b>	<b>10,20</b>	<b>42,00</b>
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15		2,14	0,3	16,38	79
		<b>79,00</b>				
	<b>Итого-</b>					

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»