

Меню

Для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее № 23
15 февраля 2023 г СРЕДА

Наименование блюд	выход ст-ть	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
Плоды свежие(яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат из фасоли ,кукурузы с сыром ,сухариками	70	4,85	9,8	7,28	137
Винегрет овощной	100	1,22	10,2	7,17	126
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Гуляш из куриных грудок	50\50	14,6	15,3	3,235	209
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	80\5	19,6	26,8	1,51	324
Запеканка картофельная с мясом,маслом	180\5	13	20	25	331
ГАРНИРЫ					
Картофель запеченный (с паприкой)	180	4,2	9,9	34,1	242
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,95	6,5	50,25	291
НАПИТКИ					
Чай пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Компот из плодов сушеных(урюк)	200	1	0,1	30,56	128
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	15\15	1,89	0,3	14,13	68
		23,3	27,3	77,95	653
		73,00р.			

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

