

Меню

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

Наименование блюд	выход	ст-ть	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ						
Плоды свежие(яблоки)	120		0,48	0,48	11,8	56
Салат-бар	100		2	6,2	8,1	97
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты Столичные	90		12,4	13,5	7,8	199
Рыба(филе)По- Московски	85/20		21,4	14,9	1,9	227
Шашлык из куриных грудок(с переменной на шампуре)	90		11,7	17,2	1,2	226
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Макаронные изделия отварные(м/сл.)	180		6,8	5,4	43,1	248
НАПИТКИ						
Чай чёрной пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,14	0	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1 с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
			29,63	34,99	82,57	770
			79,00р.			

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

