

Меню

для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее 23

17 ноября 2022 г ЧЕТВЕРГ

Наименование блюд	выход	ст-ть	белки	жиры	углев.	
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Салат Прага	80		5,2	7,2	1,7	
Салат картофельный с огурцами	100/5		1,46	5,3	9,83	
зелёным горошком	100		1,52	15,08	3,65	
	сред.		2,05	6,90	3,80	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Котлеты Пожарские с соусом томатным	80/20		11,5	11,2	8,52	
Цыплята запечённые	100		26,7	24,5	1	
Чахобили из куриных грудок	60/50		12,6	16,6	7	
	сред.		12,70	13,08	4,13	
ГАРНИРЫ						
Рис отварной	180		4,6	6,54	48	
Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	
	сред.		5,69	5,97	45,57	
НАПИТКИ						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05	0	8,13	
Компот из замороженной вишни	200		0,575	0,175	34,335	
	200		0,14	0	0,2	
	сред.		0,26	0,06	14,22	
Хлеб ржано-пшеничный	20/20		2,52	0,4	18,84	
		Итого-	69,00	23,21	26,40	86,56

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800) 100-100-88

@depta.kzn

