

Меню

Для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее № 23
18 октября 2022 год вторник

Наименование блюд	выход	ст-ть	белки	жиры	углев.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76
Салат из свежих помидоров (с луком)	100		1,05	6,18	3,61
Салат "Мечта"	100		2,08	15,24	6
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Рыба (филе) запеченная с сыром с соусом Переменка	70\5\5		17,5	10,6	2,7
Грудки куриные по- французки	180		17	29	16,9
Шашлык из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,1
ГАРНИРЫ					
Рис отварной	180		4,6	6,5	48
Макаронные изделия отварные	180		6,77	5,4	43,13
НАПИТКИ					
Чай пакетированный с сахаром , урюком	200/8/10		0,5	0	13,28
Компот из плодов сушеных(урюк)	200		1	0,1	30,56
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		2,52	0,4	18,84
		73,00р.			

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

