

Меню

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

Наименование блюд	выход	ст-ть	белки	жиры	углев.
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
Плоды свежие (Яблоки)	120		0,48	0,48	11,8
Салат-бар	100		1,9	6,2	9,7
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Плов с говядиной	40/120		11,1	13,3	34,5
Рыба запеченная с овощами	90/30		19	11,9	3,1
Шашлык из куриных грудок(с переменной на шампуре)	90		17,1	17,2	1,2
ГАРНИРЫ					
Рис отварной	180		4,6	6,5	48
Спагетти отварные(с м/слив.)	180		6,72	6,1	3,1
НАПИТКИ					
Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,14	0	11,5
Чай чёрный пакетированный с сахаром	200/8				8
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный 1 с	20/20		2,52	0,4	18,4
		79,00			

Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru

