

# Меню

Для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее № 23  
21 сентября 2022 г СРЕДА

Наименование блюд выход ст-ть белки жиры углев. ККАЛ

## ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Плоды свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат из белокачанной капусты со свежими огурцами	100	1,29	10,1	3,61	111

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

Гуляш из филе грудок индейки	45/45	9	11,3	1,9	146
Нагетсы куриные с соусом томатным	5/80/20	16,6	20,7	4,3	266

## ГАРНИРЫ

Картофель запеченный (с паприкой)	150	3,5	8,2	28,4	202
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,95	6,5	50,3	291

## НАПИТКИ

Чай пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,1	11,9	49
Хлеб пшеничный/Хлеб ржано-пшеничный	15/15	1,89	0,3	14,13	68

73,00р.

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

