

# Меню

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

Наименование блюд	выход	ст-ть	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Овощи натуральные свежие (огурцы)	100		0,7	0,1	1,9	11
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Цыплята запечённые	100		26,7	24,5	1	332
Чахобили из куриных грудок	70/50		14,5	19,1	6,9	258
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05	0	8,13	34
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,12	0,03	11,6	48
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный 1 с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
	<b>73,00р.</b>					

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

