

Меню

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

Наименование блюд	выход ст-ть	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ					
Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат из моркови	100	1,05	10,1	15,6	158
Овощи натуральные свежие(помидоры)	75	0,83	0,2	2,85	18
ВТОРЫЕ БЛЮДА					
Рыба запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5	17,5	10,6	2,7	175
Котлеты "Школьные" с соусом томатным	80/20	11,5	11,2	8,52	178
Гуляш из индейки	50/50	14,6	15,3	3,235	209
ГАРНИРЫ					
Пюре картофельное	180	3,94	5,6	26,46	175
НАПИТКИ					
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,14		11,2	46
Чай чёрный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	15/15	1,89	0,3	14,13	68
					73,00р.

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

