

Меню

Для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее № 23
26 декабря 2022 г ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюд выход ст-ть белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,1	8,24	88
Салат из фасоли	75	5,2	10,5	7,8	147
	сред.	2,15	7,57	11,78	125

ВТОРЫЕ БЛЮДА


Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60\40	9,57	10,4	9,23	169
Грудки куриные запеченные с сыром , томатом	75\50	20,2	19,4	0,32	257
Голень куриная запеченная в сливочном соусе маринаде	90	22,7	33	1,8	391
	сред.	17,62	19,16	3,34	255

ГАРНИРЫ

Лазанья с мясом	180	21,2	28,9	36,1	496
Спагетти отварные (с маслом раст.)	180	6,72	6,1	43,1	254
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,95	6,5	5,25	291
	сред.	6,19	5,39	34,05	208

Чай черный пакетированный с сахаром	200\8	0	0	8	32
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,14	0	11,2	46
	сред.	0,07	0,01	9,60	39
Хлеб ржано- пшеничный/пшеничный	20,15	2,14	0,3	15,38	79

Итого с
самост.
блюдом:
Итого- **73,00**

Директор 
Калькулятор
Зав. производством

 8(800)234-33-88

 poelidovolen.ru

