

Меню

3 октября 2022 года

48,00р.

Для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее № 23
03.10.22 2022 г ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюд	выход	ст-ть	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Салат из белокачанной капусты	100	1,55	5,1	9,41	91	
Овощи свежие(помидоры)	75	8,71	14	1,6	160	
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками	80	5,89	12	8,912	168	
	сред.	2,23	5,88	9,69	102	
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Лазанья с мясом	160	17,7	24,1	25,9	410	
Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40	10,2	10,8	8,47	173	
Грудки куриные запечённые с сыром, томатом	80/5	25,3	24,14	0,411	321	
Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90	22,7	33	1,8	391	
		17,36	23,17	44,5	463	
ГАРНИРЫ						
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173	
Спагетти отварные	180	6,72	6,1	43,1	254	
	сред.	4,62	5,9	31,22	197	
НАПИТКИ						
Чай черный, пакетированный с сахаром	200/8			8	32	
Компот из замороженной смеси	200	0,14	0	11,2	46	
	сред.	0,38	0	24,27	99	
Хлеб сельский/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,4	18,84	91	
Итого-						73,00 р

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

