



# Меню

Для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее № 23  
4 мая 2023 г. ~~ПЯТНИЦА~~ ЧЕТВЕРГ

Наименование блюд	выход	ст-ть	белки	жиры	углев.	ККАЛ
<b>ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ</b>						
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с маслом раст.	100		1,21	5,2	10,9	96
Ассорти овощное (огурцы, помидоры свежие с маслом раст.)	30/30/5		0,54	5,1	1,7	55
<b>ВТОРЫЕ БЛЮДА</b>						
Котлеты Аппетитные	90		13,8	14,7	8	216
Гуляш из куриных грудок	60/60		17,5	18,3	3,9	251
Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90		22,7	33	1,8	391
<b>ГАРНИРЫ</b>						
Макаронные изделия отварные (с м/сливоч.)	180		6,77	5,4	43,13	248
Каша гречневая рассыпчатая	180					
<b>НАПИТКИ</b>						
Чай пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Напиток из шиповника	200		0,01	0	10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	30/30		3,32	0,6	25,31	122
			24,11	24,4	62,8	571
		73,00р.				

Директор   
Калькулятор  
Зав. производством 

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

