

Меню

Для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее № 23
6 марта 2023 г. ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюд выход ст-ть белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Салат из квашенной капусты(без лука)	100	1,6	5,1	8,24	88
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с масл. раст.	70	4,85	9,8	7,28	137
	сред.	2,11	7,42	9,6	115

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Грудка куриная в томатном соусе	50\50	9,9	10,6	3,6	150
плов с говядиной	40\160	11,9	15	42,76	357
Бифштекс по-домашнему	90	13,5	12,22	8,5	195

ГАРНИРЫ

Макаронные изделия отварные	180	6,77	5,4	43,13	248
Каша гречневая вязкая	180	4,2	5,6	26,41	173
	сред.	4,62	5,9	31,22	197

НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром	200/8			8	32
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,1	11,9	49
	сред.	0,38	0	24,27	99

Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный 1с	20\15	2,14	0,3	16,38	79
--	-------	------	-----	-------	----

Итого- 73,00 р

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru

