

Меню

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

Наименование блюд	выход	стоимос	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
Салат картофельный с солён.огурцами	100/5		1,46	5,3	9,83	93
зелёным горошком						
Салат с фасолью	100		3,1	8,4	8,6	123
	сред.		4,56	13,70	18,43	216
1-ые БЛЮДА						
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,235	209
Голень куриная запечённая в сливочном маринаде	90		22,7	33	1,8	391
	сред.		37,30	48,30	6,18	600
ГАРНИРЫ						
Макаронник с мясом (запечён.)с мясом	180/3		16,7	36	30,2	512
Макаронные изделия	180		6,77	5,4	43,13	248
	сред.		23,47	41,40	73,33	760
НАПИТКИ						
Напиток из шиповника	200		0,01	0	10,2	41
Чай чёрный пакетированный с сахаром	200/8/7		0,05	0,00	8,13	34
	сред.		1,05	0,04	24,96	101
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный	20/20		2,52	0,4	18,84	91
Итого-	73,00		29,16	33,85	99,47	821,0
Итого с самост.бл юдом-	73,00		22,24	43,23	66,08	746

Директор
Калькулятор
Зав. производством



@deota.kzn

