

МЕНЮ
Столовая лицея №18
на 16 Января 2025 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Свекла отварная порционно	060	6-00	0.65	0.05	4.53	18
Плов с мясом говядины рубленным, 30/150	180	51-00	12.5	12.7	40.1	326
Чай с сахаром, 200/15	215	3-20	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	033	3-13	1.81	0.33	14.85	102
Вафли неглазированные (Белек, 1 шт)	020	6-10	1.42	4.52	8.62	99
Итого по меню Комплекс №1		69-43	17	18	83	602

Меню: Комплекс №2Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Гуляши из филе птицы	100	50-60	12.84	16.24	3.76	211
Рис отварной с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 180/45	225	33-50	4.87	7.35	42.28	266
Чай полусладкий, 200/10	210	2-50	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	021	2-00	1.15	0.21	9.45	65
Итого по меню Комплекс №2		88-60	19	24	65	582

Меню: Комплекс №4Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Гуляши из филе птицы	100	50-60	12.84	16.24	3.76	211
Рис отварной с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 180/45	225	33-50	4.87	7.35	42.28	266
Чай полусладкий, 200/10	210	2-50	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	021	2-00	1.15	0.21	9.45	65
Скидка		-15-45	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4		73-15	19	24	65	582

Меню: Комплекс №5Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)

Каша овсяная вязкая	115	6-10	3.03	5.02	13.64	113
Чай полусладкий, 180/5	185	1-60	0	0	5	19
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	020	1-90	1.1	0.2	9	62
Итого по меню Комплекс №5		9-60	4	5	28	194

Меню: Комплекс №6Двухразовое питание учащихся 1-4 кл с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Свекла отварная порционно	060	6-00	0.65	0.05	4.53	18
Плов с мясом говядины рубленным, 30/150	180	51-00	12.5	12.7	40.1	326
Чай с сахаром, 200/15	215	3-20	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	033	3-13	1.81	0.33	14.85	102
Вафли неглазированные (Белек, 1 шт)	020	6-10	1.42	4.52	8.62	99

Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Суп картофельный "Гречишное зернышко"	250	11-60	2.35	2.86	19.29	105
Компот из ягод	200	8-20	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	034	3-23	1.87	0.34	15.3	105
Рулет с маком ИЛИ Печенье Сахарное Коломенское 1 шт	100/030	17-20	7.38	14.68	50.84	366
Итого по меню Комплекс №6		109-66	28	36	185	1244

Меню: Комплекс №7Двухразовое питание учащихся 5-11 кл с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Гуляши из филе птицы	100	50-60	12.84	16.24	3.76	211
Рис отварной с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 180/45	225	33-50	4.87	7.35	42.28	266
Чай полусладкий, 200/10	210	2-50	0	0	9.98	40
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	021	2-00	1.15	0.21	9.45	65

Двухразовое питание учащихся 5-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Суп картофельный "Гречишное зернышко"	250	11-60	2.35	2.86	19.29	105
Чай с сахаром, 200/15	215	3-20	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб ИЛИ Батон (порциями)	032	3-06	1.76	0.32	14.4	99
Печенье сахарное (Кремарио, 1 шт)	012	3-20	0.74	2.14	7.62	52
Итого по меню Комплекс №7		109-66	24	29	122	895

Зав. производством:

Калькулятор: