



А. В. Жидков

МЕНЮ

Столовая лицез №18
на 30 Января 2025 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал
Меню: Комплекс №1						
<i>Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов</i>						
Свекла отварная порционно	060	6-00	0.88	0.06	4.47	24
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	2.14	0.33	13.53	66
Вафли неглазированные (Белек, 1 шт)	020	6-10	1.42	4.52	8.62	81
Итого по меню Комплекс №1		69-43	17	18	82	554

Меню: Комплекс №2						
<i>Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов</i>						
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	1.36	0.21	8.61	42
Итого по меню Комплекс №2		88-60	19	24	65	559

Меню: Комплекс №4						
<i>Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей</i>						
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	1.36	0.21	8.61	42
Скидка		-15-45	0	0	0	0
Итого по меню Комплекс №4		73-15	19	24	65	559

Меню: Комплекс №5						
<i>Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)</i>						
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	1.3	0.2	8.2	40
Итого по меню Комплекс №5		9-60	4	5	27	172

Меню: Комплекс №6						
<i>Двухразовое питание учащихся 1-4 кл с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК</i>						
Свекла отварная порционно	060	6-00	0.88	0.06	4.47	24
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	2.14	0.33	13.53	66
Вафли неглазированные (Белек, 1 шт)	020	6-10	1.42	4.52	8.62	81

<i>Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ОБЕД</i>						
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	2.21	0.34	13.94	68
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	29	36	182	1159

Меню: Комплекс №7						
<i>Двухразовое питание учащихся 5-11 кл с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК</i>						
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	1.36	0.21	8.61	42

<i>Двухразовое питание учащихся 5-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД</i>						
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	2.08	0.32	13.12	64
Печенье сахарное (Кремарио, 1 шт)	012	3-20	0.78	2.28	8.28	56
Итого по меню Комплекс №7		109-66	24	29	120	841

Зав. производством:

Калькулятор: