



# МЕНЮ

## Столовая лицея №1 на 15 Февраля 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

### Меню: Комплекс №1

#### Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Филе куриное с тушёными овощами	080	21.2	26.93	3.6	339.2
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>55-55</b>	<b>28</b>	<b>33</b>	<b>56</b>	<b>627</b>

### Меню: Комплекс №2

#### Горячий завтрак 5-11 классы

Гуляш из говядины	45/45	13.27	11.83	2.97	171.9
Макаронные изделия отварные	185	6.42	5.91	39.38	231.25
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.12	0.36	15.3	66
Булочка с маком	050	3.93	1.58	27	141
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>71-64</b>	<b>26</b>	<b>20</b>	<b>100</b>	<b>667</b>

### Меню: Комплекс №3

#### Меню свободного выбора для учащихся старших классов

Обед	шт.	0	0	0	0
<b>Итого по меню Комплекс №3</b>	<b>87-32</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Учащиеся из многодетных семей

Филе куриное с тушёными овощами	080	21.2	26.93	3.6	339.2
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	65.4
Пирожки печеные с капустой яйцом	070	3.45	4.22	26.94	158.67
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>63-74</b>	<b>32</b>	<b>38</b>	<b>87</b>	<b>809</b>

### Меню: Комплекс №5

#### Дотационное питание

Макаронные изделия отварные	110	3.83	3.51	23.42	137.5
Чай полусладкий	180	0.18	0.04	9.02	34.2
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62.5
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-30</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>44</b>	<b>234</b>

