



МЕНЮ

Столовая лицей №1 на 17 Сентября 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Зразы " на Здоровье", соус красный основной	090	11.2	14.77	13.08	230.4
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	027	2.13	0.22	13.72	65.34
Итого по меню Комплекс №1	53-41	19	20	74	542

Меню: Комплекс №1а

дети из многодетных семей

Зразы " на Здоровье", соус красный основной	090	11.2	14.77	13.08	230.4
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.11	34.06	199.47
Чай с сахаром с лимоном и зефиром	200/7/шт	0.26	0.06	35.87	138
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	79.86
Итого по меню Комплекс №1а	61-31	20	20	100	648

Меню: Комплекс №2

Завтрак 5-11 классы

Плов из говядины	240	17.83	18.52	46.95	436
Чай с сахаром с пряниками ("Зареченские")	200/1шт.	2.16	2.36	69.12	305
Хлеб белый	025	1.97	0.2	12.7	60.83
Итого по меню Комплекс №2	67-20	22	21	129	802

Меню: Комплекс №4

Дотационное питание

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	021	1.66	0.17	10.67	51.1
Итого по меню Комплекс №4	8-00	5	3	47	233

Зав.производством:

Калькулятор: