



# МЕНЮ

## Столовая лицея №1 на 06 Сентября 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

### Меню: Комплекс №1

#### Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	180/5	5.23	7.4	37.43	236
Яйцо варёное вкрутую	048/1шт	6.1	5.52	0.34	75
Какао с молоком, с пряником ("Зареченские")	200/1шт	5.97	5.8	51.28	279
Хлеб белый	044	3.48	0.35	22.35	107.07
Десерт фруктовый (яблоко)	140	0.56	0.56	13.72	65.8
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>53-41</b>	<b>21</b>	<b>20</b>	<b>125</b>	<b>763</b>

### Меню: Комплекс №1а

#### дети из многодетных семей

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	180/5	5.23	7.4	37.43	236
Яйцо варёное вкрутую	048/1шт	6.1	5.52	0.34	75
Какао с молоком	200	3.77	3.8	20.08	127
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85.17
Рогалик с маком	075	7.09	10.26	45.21	302
Десерт фруктовый (яблоко)	140	0.56	0.56	13.72	65.8
<b>Итого по меню Комплекс №1а</b>	<b>61-31</b>	<b>26</b>	<b>28</b>	<b>135</b>	<b>891</b>

### Меню: Комплекс №2

#### Завтрак 5-11 классы

Тефтели из говядины (2 вариант)	100	13.01	18.92	12.8	274
Каша гречневая рассыпчатая	180	10.3	7.94	50.66	319
Чай с сахаром с лимоном	200/6	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	031	2.2	0.37	15.81	68.2
Булочка "Маковка"	050	3.79	7.16	26.74	188
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>67-20</b>	<b>30</b>	<b>34</b>	<b>121</b>	<b>908</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Дотационное питание

Каша гречневая вязкая	100	3.01	3.69	14.76	105
Чай с сахаром	180	0.18	0.04	13.51	51.3
Батон	015	1.08	0.37	7.21	37.5
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>8-00</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>35</b>	<b>194</b>

Зав.производством:

Калькулятор:





# МЕНЮ

## Столовая лицей №1

на 06 Сентября 2021 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

### Меню: Комплекс №1

#### Бесплатное горячее питание 1-4 классы

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	180/5	13-72	5.23	7.4	37.43	236
Яйцо варёное вкрутую	048/1шт	8-67	6.1	5.52	0.34	75
Какао с молоком, с пряником ("Зареченские")	200/1шт	15-14	5.97	5.8	51.28	279
Хлеб белый	044	3-00	3.48	0.35	22.35	107.07
Десерт фруктовый (яблоко)	140	12-88	0.56	0.56	13.72	65.8
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>		<b>53-41</b>	<b>21</b>	<b>20</b>	<b>125</b>	<b>763</b>

### Меню: Комплекс №1а

#### дети из многодетных семей

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	180/5	13-72	5.23	7.4	37.43	236
Яйцо варёное вкрутую	048/1шт	8-67	6.1	5.52	0.34	75
Какао с молоком	200	10-49	3.77	3.8	20.08	127
Хлеб белый	035	2-42	2.76	0.28	17.78	85.17
Рогалик с маком	075	13-13	7.09	10.26	45.21	302
Десерт фруктовый (яблоко)	140	12-88	0.56	0.56	13.72	65.8
<b>Итого по меню Комплекс №1а</b>		<b>61-31</b>	<b>26</b>	<b>28</b>	<b>135</b>	<b>891</b>

### Меню: Комплекс №2

#### Завтрак 5-11 классы

Тефтели из говядины (2 вариант)	100	41-32	13.01	18.92	12.8	274
Каша гречневая рассыпчатая	180	14-92	10.3	7.94	50.66	319
Чай с сахаром с лимоном	200/6	4-12	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	031	2-19	2.2	0.37	15.81	68.2
Булочка "Маковка"	050	4-65	3.79	7.16	26.74	188
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>		<b>67-20</b>	<b>30</b>	<b>34</b>	<b>121</b>	<b>908</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Дотационное питание

Каша гречневая вязкая	100	5-43	3.01	3.69	14.76	105
Чай с сахаром	180	1-89	0.18	0.04	13.51	51.3
Батон	015	0-68	1.08	0.37	7.21	37.5
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>		<b>8-00</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>35</b>	<b>194</b>

Зав.производством:

Калькулятор



**МЕНЮ****Столовая лицея №1  
на 06 Сентября 2021 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1****Бесплатное горячее питание 1-4 классы**

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	180/5	5.23	7.4	37.43	236
Яйцо варёное вкрутую	048/1шт	6.1	5.52	0.34	75
Какао с молоком, с пряником ("Зареченские")	200/1шт	5.97	5.8	51.28	279
Хлеб белый	044	3.48	0.35	22.35	107.07
Десерт фруктовый (яблоко)	140	0.56	0.56	13.72	65.8
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>53-41</b>	<b>21</b>	<b>20</b>	<b>125</b>	<b>763</b>

**Меню: Комплекс №1а****дети из многодетных семей**

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	180/5	5.23	7.4	37.43	236
Яйцо варёное вкрутую	048/1шт	6.1	5.52	0.34	75
Какао с молоком	200	3.77	3.8	20.08	127
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85.17
Рогалик с маком	075	7.09	10.26	45.21	302
Десерт фруктовый (яблоко)	140	0.56	0.56	13.72	65.8
<b>Итого по меню Комплекс №1а</b>	<b>61-31</b>	<b>26</b>	<b>28</b>	<b>135</b>	<b>891</b>

**Меню: Комплекс №2****Завтрак 5-11 классы**

Тефтели из говядины (2 вариант)	100	13.01	18.92	12.8	274
Каша гречневая рассыпчатая	180	10.3	7.94	50.66	319
Чай с сахаром с лимоном	200/6	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	031	2.2	0.37	15.81	68.2
Булочка "Маковка"	050	3.79	7.16	26.74	188
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>67-20</b>	<b>30</b>	<b>34</b>	<b>121</b>	<b>908</b>

**Меню: Комплекс №4****Дотационное питание**

Каша гречневая вязкая	100	3.01	3.69	14.76	105
Чай с сахаром	180	0.18	0.04	13.51	51.3
Батон	015	1.08	0.37	7.21	37.5
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>8-00</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>35</b>	<b>194</b>

Зав. производством:

Калькулятор

