

МЕНЮ
Столовая лицей №14
 на 01 декабря 2022 г.



Наименование блюда	Выжим	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное (160/5/48/1шт)	213	12.7	12.72	35.37	302
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Кондитерское изделие без крема (пирожное песочное гл. помадкой) (Лакомка)	050	2.2	13.6	32	227
Итого по меню Комплекс №1	55-55	18	27	98	661

Меню: Комплекс №2Горячий завтрак 5-11 классы

Плов из филе цыплят (60/180)	240	17.84	16.81	48.54	400
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб целебный ржаной	035	2.47	0.43	17.85	78
Пирожки печёные с повидлом	075	4.2	1.69	42.79	204
Итого по меню Комплекс №2	71-64	25	19	126	748

Меню: Комплекс №4Учащиеся из многодетных семей

Сосиски отварные	080	8.8	19.12	1.28	213
Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным (160/5)	165	6.72	7.2	35.03	228
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Булочка Домашняя	050	3.52	6.45	27.99	185
Итого по меню Комплекс №4	63-74	21	33	95	761

Меню: Комплекс №5Дотационное питание

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	4.43	19.04	131
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	39	219

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ и МОБЗавтрак

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное (160/5/48/1шт)	213	12.7	12.72	35.37	302
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Кондитерское изделие без крема (пирожное песочное гл. помадкой) (Лакомка)	050	2.2	13.6	32	227

Обед

Суп картофельный "Рисовое зернышко"	250	2.02	2.75	19.71	103
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70
Треугольник с фаршем	075	6.47	8.52	20.32	186
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ и М	95-55	28	38	169	1085

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

(Handwritten signature)