

МЕНЮ

Столовая лицей №14

на 04 Февраля 2023 г.



| Наименование блюда | Выход | Пищевая ценность | | | |
|--------------------|-------|------------------|------|----------|------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | ККал |

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Бутерброд с сыром, 30/30 | 060 | 9.45 | 8.22 | 15.24 | 178 |
| Каши молочная "Дружба" с маслом сливочным, 170/5 | 175 | 5.43 | 3.37 | 32.69 | 183 |
| Напиток лимонный | 200 | 0.13 | 0.01 | 15.39 | 62 |
| Десерт фруктовый (яблоко) | 110 | 0.44 | 0.44 | 10.78 | 52 |
| Итого по меню Комплекс №1 | 64-19 | 15 | 12 | 74 | 475 |

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Филе куриное с тушёными овощами, 60/15/15 | 090 | 15.06 | 21.28 | 4.47 | 267 |
| Макаронные изделия отварные | 200 | 6.94 | 6.39 | 42.58 | 250 |
| Чай с сахаром и формовым печеньем (200/12/шт) (К Кофе) | 212 | 1.7 | 2.01 | 29.89 | 140 |
| Батон | 054 | 3.89 | 1.32 | 25.98 | 135 |
| Итого по меню Комплекс №2 | 75-80 | 28 | 31 | 103 | 792 |

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Каши молочная "Дружба" с маслом сливочным, 170/5 | 175 | 5.43 | 3.37 | 32.69 | 183 |
| Напиток лимонный | 200 | 0.13 | 0.01 | 15.39 | 62 |
| Хлеб белый | 041 | 3.24 | 0.33 | 20.83 | 99 |
| Пицца детская с сосисками | 100 | 10.07 | 11.89 | 27.71 | 260 |
| Десерт фруктовый (яблоко) | 110 | 0.44 | 0.44 | 10.78 | 52 |
| Итого по меню Комплекс №4 | 67-63 | 19 | 16 | 107 | 656 |

Меню: Комплекс №5

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Макаронные изделия отварные | 100 | 3.48 | 3.19 | 21.29 | 125 |
| Чай полусладкий | 200 | 0.2 | 0.05 | 10.02 | 38 |
| Батон | 016 | 1.15 | 0.39 | 7.7 | 40 |
| Итого по меню Комплекс №5 | 8-80 | 5 | 4 | 39 | 203 |

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ

Завтрак

| | | | | | |
|--|-----|------|------|-------|-----|
| Бутерброд с сыром, 30/30 | 060 | 9.45 | 8.22 | 15.24 | 178 |
| Каши молочная "Дружба" с маслом сливочным, 170/5 | 175 | 5.43 | 3.37 | 32.69 | 183 |
| Чай с сахаром | 200 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Десерт фруктовый (яблоко) | 110 | 0.44 | 0.44 | 10.78 | 52 |

Завтрак2

| | | | | | |
|---|---------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Нектар в ассортименте | 200 | 0.6 | 0 | 34 | 132 |
| Пицца детская с сосисками | 080 | 8.04 | 9.51 | 22.17 | 209 |
| Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ | 101-38 | 24 | 22 | 130 | 811 |

Зав. производством:

Калькулятор: