

МЕНЮ

Столовая лицея №14

на 07 Сентября 2022 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Овощи свежие (огурцы) порционно	025	0.18	0.03	0.49	2.86
Биточки рыбные	080	9.94	5.26	12.02	139
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	045	3.24	1.09	21.64	112.5
Итого по меню Комплекс №1	55-55	17	12	67	457

Меню: Комплекс №2Горячий завтрак 5-11 классы

Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Плов из филе цыплят	250	18.33	17.54	53.56	427
Компот из свежих яблок с печеньем	200/12	1	2.07	26.88	129
Хлеб целебный ржаной	042	2.98	0.5	21.42	92.4
Итого по меню Комплекс №2	71-64	23	20	106	666

Меню: Комплекс №4Учащиеся из многодетных семей

Биточки рыбные	080	9.94	5.26	12.02	139
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром, зефиром	200/25	0.32	0.05	35.01	137
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85
Итого по меню Комплекс №4	63-74	16	11	83	507

Меню: Комплекс №5Дополнительное питание

Каша овсяная вязкая	120	3.17	5.24	14.24	117.6
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	6	34	206

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗЗавтрак

Биточки рыбные	080	9.94	5.26	12.02	139
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	039	2.81	0.95	18.76	97.5
Булочка с кунжутом	040	3.15	1.27	21.59	113

Обед

Суп картофельный "Гречишное зернышко"	250	2.35	2.86	19.29	105
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85
Пирожки печёные с мясом и луком	070	8.57	6.16	25.26	192.27
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ	95-55	33	22	163	992

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____