

МЕНЮ

Столовая лицей №14

на 10 Октября 2022 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.49	0.06	1.59	9
Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	090	12	13.15	11.45	216
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	028	2.21	0.22	14.22	67.76
Итого по меню Комплекс №1	55-55	19	19	64	508

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Сосиски отварные	106/2 шт.	11.66	25.33	1.7	282
Каша гречневая вязкая	185	5.56	6.82	27.29	194
Чай с сахаром и пряником ("Зареченские" 200/1шт)	240	2.88	2.46	55.45	250.8
Хлеб целебный ржаной	041	2.91	0.49	20.91	90.2
Итого по меню Комплекс №2	71-64	23	35	105	817

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Овощи свежие (огурцы) порционно	040	0.33	0.04	1.06	6
Биточки "Дружба"	080	12	13.15	11.45	216
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	28.56	189.6
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70.57
Булочка "Маковка"	055	4.17	7.88	29.41	206.8
Итого по меню Комплекс №4	63-74	24	28	99	751

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	3.85	19.44	124.8
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.63	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	42	228

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ

Завтрак

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.49	0.06	1.59	9
Биточки "Дружба" с соусом красным основным (80/10)	090	12	13.15	11.45	216
Каша гречневая вязкая	150	4.51	5.53	22.13	158
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	028	2.21	0.22	14.22	67.76

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80.3
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	36	30	143	979

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____