

# МЕНЮ

## Столовая лицея №14

### на 11 Января 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

#### Меню: Комплекс №1

##### Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Свекла отварная порционно	060	5-20	0.65	0.05	4.53	18
Плов с мясом говядины рубленным, 30/150	180	49-50	12.5	12.75	38.83	324
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2-56	2.13	0.36	15.3	66
Пряник (Зареченские, 1 шт)	039	6-50	2.14	1.95	30.42	148
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>		<b>66-76</b>	<b>18</b>	<b>15</b>	<b>104</b>	<b>613</b>

#### Меню: Комплекс №2

##### Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Салат из квашеной капусты	100	10-90	1.6	5.07	7.68	83
Цыплята отварные (голень)	110	52-70	22.86	16.83	3.97	275
Каши гречневая вязкая	180	11-50	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	036	3-10	1.98	0.36	16.2	112
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>		<b>81-20</b>	<b>32</b>	<b>29</b>	<b>69</b>	<b>716</b>

#### Меню: Комплекс №4

##### Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Салат из квашеной капусты	100	10-90	1.6	5.07	7.68	83
Цыплята отварные (голень)	110	52-70	22.86	16.83	3.97	275
Каши гречневая вязкая	180	11-50	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	036	3-10	1.98	0.36	16.2	112
Скидка		-10-86	0	0	0	0
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>		<b>70-34</b>	<b>32</b>	<b>29</b>	<b>69</b>	<b>716</b>

#### Меню: Комплекс №5

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

Каши овсяная вязкая	110	5-60	2.9	4.81	13.04	108
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Батон	022	1-30	1.59	0.54	10.59	55
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>		<b>9-20</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>34</b>	<b>203</b>

#### Меню: Комплекс №6

##### Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Свекла отварная порционно	060	5-20	0.65	0.05	4.53	18
Плов с мясом говядины рубленным, 30/150	180	49-50	12.5	12.75	38.83	324
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	018	1-54	1.26	0.18	9.18	40
Пряник (Зареченские, 1 шт)	039	6-50	2.14	1.95	30.42	148

##### Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК2

Какао с молоком	200	15-70	3.77	3.8	20.08	127
Хачапури с сыром школьное	090	24-00	9.04	10.01	31.21	254
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>		<b>105-44</b>	<b>30</b>	<b>29</b>	<b>149</b>	<b>968</b>

#### Меню: Комплекс №7

##### Двухразовое питание учащихся 5-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Салат из квашеной капусты	100	10-90	1.6	5.07	7.68	83
Цыплята отварные (голень)	110	52-70	22.86	16.83	3.97	275
Каши гречневая вязкая	180	11-50	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб Сельский	026	2-24	1.43	0.26	11.7	81

##### Двухразовое питание учащихся 5-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа перловая/	200	13-00	1.79	4.56	15.89	107
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Батон	030	1-80	2.16	0.73	14.43	75
Пирожки печеные с капустой яйцом	075	8-00	3.7	4.52	28.66	170
<b>Итого по меню Комплекс №7</b>		<b>105-44</b>	<b>39</b>	<b>39</b>	<b>134</b>	<b>1077</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: Согласовано по телефону