



# МЕНЮ

## Столовая лицей №14

### на 11 Октября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

#### Меню: Комплекс №1

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

Овощи свежие (помидоры) порционно	060	0.66	0.12	2.28	14
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Батон	050	3.6	1.22	24.05	125
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>55-55</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>62</b>	<b>495</b>

#### Меню: Комплекс №2

##### Горячий завтрак 5-11 классы

Фрикадельки из цыплят	100	14.88	22.69	7.41	293
Рис отварной	200	4.88	8.06	45.3	284
Напиток апельсиновый с печеньем ("ежики" 200/шт)	220	1.46	3.42	26.29	155
Хлеб целебный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70.4
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>71-64</b>	<b>23</b>	<b>35</b>	<b>95</b>	<b>802</b>

#### Меню: Комплекс №4

##### Учащиеся из многодетных семей

Овощи свежие (помидоры) порционно	060	0.66	0.12	2.28	14
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	049	3.87	0.39	24.89	119.23
Пирожки печеные с яблоками	070	3.45	4.2	26.95	158.67
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>63-74</b>	<b>20</b>	<b>24</b>	<b>90</b>	<b>648</b>

#### Меню: Комплекс №5

##### Дотационное питание

Каша рисовая вязкая	100	1.49	3.1	15.07	95
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-30</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>40</b>	<b>208</b>

#### Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ

##### Завтрак

Овощи свежие (помидоры) порционно	060	0.66	0.12	2.28	14
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай с сахаром с лимоном	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	036	2.84	0.29	18.29	87.6

##### Обед

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	2.13	5.69	20.17	131
Напиток из сока	200	0.25	0	21.32	84
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80.3
Ватрушка с творогом	075	8.24	7.11	29.36	216
<b>Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ</b>	<b>95-55</b>	<b>29</b>	<b>32</b>	<b>144</b>	<b>969</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_

*Сел*