

МЕНЮ

Столовая лицея №14

на 12 Сентября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Овоцы свежие (огурцы) порционно	060	7-70	0.43	0.06	1.16	7
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы, 40/160	200	49-80	12.16	18.82	20.58	299
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	046	3-69	3.63	0.37	23.37	111
Итого по меню Комплекс №1		64-19	16	19	60	474

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Гуляш из филе птицы	100	49-20	12.84	16.24	3.76	211
Каша гречневая вязкая	185	11-10	5.56	6.82	27.29	194
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	5-60	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб целебный ржаной	040	3-50	2.84	0.48	20.4	88
Пряник (Зареченский, 1 шт.)	039	6-40	2.14	1.95	30.42	148
Итого по меню Комплекс №2		75-80	24	26	95	695

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Овоцы свежие (огурцы) порционно	060	7-70	0.43	0.06	1.16	7
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы, 40/160	200	49-80	12.16	18.82	20.58	299
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	042	3-33	3.32	0.34	21.34	102
Булочка школьная	050	3-80	4.52	1.78	26.38	142
Итого по меню Комплекс №4		67-63	21	21	84	607

Меню: Комплекс №5

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

Макаронные изделия отварные	100	5-40	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0.2	0.05	10.02	38
Батон	018	1-10	1.29	0.44	8.66	45
Итого по меню Комплекс №5		8-80	5	4	40	208

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

Овоцы свежие (огурцы) порционно	060	7-70	0.43	0.06	1.16	7
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы, 40/160	200	49-80	12.16	18.82	20.58	299
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	046	3-69	3.63	0.37	23.37	111

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

Суп картофельный "Рисовое зернышко"	250	9-90	2.02	2.75	19.71	103
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	5-60	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб целебный ржаной	031	2-69	2.2	0.37	15.81	68
Ватрушка с творогом	075	19-00	8.24	7.11	29.36	216
Итого по меню Комплекс №6		101-38	29	30	139	915

Зав. производством: _____

Калькулятор: Согласовано по телефону