

# МЕНЮ

## Столовая лицея №14

### на 13 Февраля 2023 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

#### Меню: Комплекс №1

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

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каши гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Компот из ягод с формовым печеньем, 200/11/1 шт. (К кофе)	211	0.99	2.06	23.29	114
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>72</b>	<b>536</b>

#### Меню: Комплекс №2

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

Сосиски отварные, 2 шт.	106	11.66	25.33	1.7	282
Каши гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб цельный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Булочка с маком/батон с маком	050	3.93	1.58	27	141
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>23</b>	<b>34</b>	<b>86</b>	<b>735</b>

#### Меню: Комплекс №4

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

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каши гречневая вязкая	190	5.7	7.01	28.03	200
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90
Булочка с маком/батон с маком	050	3.93	1.58	27	141
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>101</b>	<b>677</b>

#### Меню: Комплекс №5

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

Каши пшеничная вязкая	120	3.3	3.85	19.44	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>42</b>	<b>228</b>

#### Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ

##### Завтрак

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каши гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Компот из ягод с формовым печеньем, 200/11/1 шт. (К кофе)	211	0.99	2.06	23.29	114
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73

##### 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
Пирожки печеные с рисом и мясом	070	9.12	5.88	35.1	232
<b>Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ</b>	<b>101-38</b>	<b>35</b>	<b>30</b>	<b>161</b>	<b>1047</b>

Зав. производством:

Калькулятор: