

МЕНЮ

Столовая лицея №14

на 13 Сентября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Овоци свежие (огурцы) порционно	025	0.18	0.02	0.49	2.5
Биточки рыбные	080	9.94	5.26	12.02	139
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	045	3.24	1.09	21.64	112.5
Итого по меню Комплекс №1	55-55	17	12	67	457

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")	220	1.46	3.42	26.29	155
Хлеб целебный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70.4
Итого по меню Комплекс №2	71-64	23	35	95	802

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Биточки рыбные	080	9.94	5.26	12.02	139
Пюре картофельное	180	3.71	6.54	21.91	175.2
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70.57
Пирожки печеные с яблоками	070	3.45	4.2	26.95	158.67
Итого по меню Комплекс №4	63-74	20	16	91	600

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
Итого по меню Комплекс №5	8-30	4	4	40	208

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ

Завтрак

Биточки рыбные	080	9.94	5.26	12.02	139
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	039	2.81	0.95	18.76	97.5
Булочка с кунжутом	040	3.15	1.27	21.59	113

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
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ	95-55	32	26	173	1064

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____