

МЕНЮ

Столовая лицея №14

на 14 Сентября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1шт.	228	30-60	11.41	15.23	28.39	292
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	5-10	0.36	0.05	14.07	55
Батон	042	2-49	3.02	1.03	20.21	105
Пирожное песочное глазированное помадкой (Лакомка, 1 шт.)	050	26-00	2.2	13.6	32	227
Итого по меню Комплекс №1		64-19	17	30	95	679

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Салат из свежей капусты	100	7-70	1.55	5.08	9.39	88
Плов из филе цыплят	200	61-19	14.86	14.01	40.48	333
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	4-40	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб белый	031	2-51	2.45	0.25	15.75	75
Итого по меню Комплекс №2		75-80	19	19	81	555

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1шт.	228	30-60	11.41	15.23	28.39	292
Кофейный напиток с молоком	200	9-60	2.2	2	17.72	91
Батон	024	1-43	1.73	0.59	11.55	60
Пирожное песочное глазированное помадкой (Лакомка, 1 шт.)	050	26-00	2.2	13.6	32	227
Итого по меню Комплекс №4		67-63	18	31	90	670

Меню: Комплекс №5

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

Каша пшеничная вязкая	110	5-30	3.03	4.06	17.45	120
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1-20	0.16	0.3	1.48	9
Итого по меню Комплекс №5		8-80	3	4	29	167

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1шт.	228	30-60	11.41	15.23	28.39	292
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	5-10	0.36	0.05	14.07	55
Батон	042	2-49	3.02	1.03	20.21	105
Пирожное песочное глазированное помадкой (Лакомка, 1 шт.)	050	26-00	2.2	13.6	32	227

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	15-00	2.13	5.69	20.17	131
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	030	2-39	2.37	0.24	15.24	73
Шафран с яблоками	070	16-80	3.36	6.78	29.82	195
Итого по меню Комплекс №6		101-38	25	43	175	1135

Зав. производством: _____

Калькулятор: Согласовано по телефону