

# МЕНЮ

## Столовая лицей №14

### на 14 Октября 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	060	0.43	0.06	1.16	7
Плов из филе цыплят	210	13.38	11.51	45.71	318
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Хлеб белый	031	2.45	0.24	15.74	75.15
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>55-55</b>	<b>16</b>	<b>12</b>	<b>81</b>	<b>475</b>

#### Меню: Комплекс №2

##### Горячий завтрак 5-11 классы

Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Биточки рыбные	090	11.19	5.92	13.51	156
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Компот из свежих яблок с печеньем ("курабье" 200/шт)	220	0.18	0.18	20.78	82.5
Батон	032	2.3	0.78	15.39	80
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>71-64</b>	<b>18</b>	<b>13</b>	<b>76</b>	<b>511</b>

#### Меню: Комплекс №4

##### Учащиеся из многодетных семей

Овоци свежие (огурцы) порционно	040	0.29	0.04	0.78	4
Плов из филе цыплят	210	13.38	11.51	45.71	318
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Хлеб белый	026	2.06	0.2	13.2	63.03
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>63-74</b>	<b>22</b>	<b>16</b>	<b>103</b>	<b>622</b>

#### Меню: Комплекс №5

##### Дотационное питание

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118.3
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-30</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>40</b>	<b>218</b>

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

##### Завтрак

Овоци свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Плов из филе цыплят	210	13.38	11.51	45.71	318
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Хлеб белый	031	2.45	0.24	15.74	75.15

##### Обед

Борщ с капустой и картофелем, со сметаной, с зеленым луком	250/2	2.05	4.07	11.26	101
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	74.92
Хачапури с сыром школьное	090	9.04	10.01	31.21	254
<b>Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ</b>	<b>95-55</b>	<b>30</b>	<b>26</b>	<b>155</b>	<b>967</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_