

# МЕНЮ

## Столовая лицея №14

### на 15 ноября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

#### Меню: Комплекс №1

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

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы (40/160)	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Батон	050	3.6	1.22	24.06	125
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>55-55</b>	<b>16</b>	<b>20</b>	<b>61</b>	<b>488</b>

#### 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 формовым печеньем (200/20/1шт) ("Ёжики")	220	1.68	2	31.47	148
Хлеб целебный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>71-64</b>	<b>24</b>	<b>33</b>	<b>100</b>	<b>795</b>

#### Меню: Комплекс №4

##### Учащиеся из многодетных семей

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы (40/160)	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	049	3.87	0.39	24.89	119
Пирожки печеные с яблоками	070	3.29	4.06	27.07	159
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>63-74</b>	<b>20</b>	<b>23</b>	<b>89</b>	<b>641</b>

#### Меню: Комплекс №5

##### Дополнительное питание

Каша рисовая вязкая	100	1.49	3.1	15.07	95
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-30</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>35</b>	<b>183</b>

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

##### Завтрак

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы (40/160)	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Батон	050	3.6	1.22	24.06	125

##### 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
Ватрушка с творогом	075	8.24	7.11	29.36	216
<b>Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ</b>	<b>95-55</b>	<b>30</b>	<b>33</b>	<b>148</b>	<b>999</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_