

МЕНЮ

Столовая лицея №14

на 15 Декабря 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное (160/5/48/1шт)	213	12.7	12.72	35.37	302
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Кондитерское изделие без крема (пирожное песочное гл. помадкой" ("Лакомка"))	050	2.2	13.6	32	227
Итого по меню Комплекс №1	55-55	18	27	98	661

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Плов из филе цыплят (60/180)	240	17.84	16.81	48.54	400
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб целебный ржаной	035	2.47	0.43	17.85	78
Кондитерское изделие без крема (круассан с начинкой)	1 шт	0.57	5.1	13.3	84
Итого по меню Комплекс №2	71-64	21	22	96	628

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Сосиски отварные	080	8.8	19.12	1.28	213
Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным (160/5)	165	6.72	7.2	35.03	228
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Булочка Домашняя	050	3.52	6.45	27.99	185
Итого по меню Комплекс №4	63-74	21	33	95	751

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	4.43	19.04	131
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	39	219

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ и МОБ

Завтрак

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное (160/5/48/1шт)	213	12.7	12.72	35.37	302
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Кондитерское изделие без крема (пирожное песочное гл. помадкой" ("Лакомка"))	050	2.2	13.6	32	227

Обед

Суп картофельный "Рисовое зернышко"	250	2.02	2.75	19.71	103
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	72.41
Треугольник с фаршем	070	6.04	7.95	18.97	173.6
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ и М	95-55	28	38	168	1075

Зав. производством: _____

Калькулятор: *А.С.О.*