

МЕНЮ
Столовая лицея №14
на 16 Января 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Компот из ягод с формовым печеньем, 200/10/1 шт.	210	0.91	1.88	22.6	109
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №1	64-19	18	19	72	531

Меню: Комплекс №2Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Свекла отварная порционно	100	1.08	0.08	7.55	30
Сосиски отварные, 2 шт.	106	11.66	25.33	1.7	282
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	020	1.42	0.24	10.2	44
Итого по меню Комплекс №2	75-80	20	32	61	602

Меню: Комплекс №4Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Свекла отварная порционно	080	0.87	0.07	6.04	24
Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каша гречневая вязкая	190	5.7	7.01	28.03	200
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90
Итого по меню Комплекс №4	67-63	19	18	80	560

Меню: Комплекс №5Дотация

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	3.85	19.44	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	42	228

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБЗавтрак

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Компот из ягод с формовым печеньем, 200/10/1 шт.	210	0.91	1.88	22.6	109
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром с кондитерским изделием, 200/50/1 шт. (Слойка "Каприз")	250	3.2	9.3	40.81	252
Хлеб белый	025	1.98	0.2	12.7	60.61
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	28	33	147	986

Зав. производством: _____

Калькулятор: Александр