

# МЕНЮ

## Столовая лицея №14

на 16 Марта 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	30-10	11.41	15.23	28.39	292
Напиток из шиповника с апельсином	200	5-80	0.25	0.07	16.71	66
Батон	030	1-79	2.16	0.73	14.43	75
Кондитерское изделие без крема (пирожное песочное глаз. помадкой) (Лакомка)	050	26-50	2.2	13.6	32	227
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>		<b>64-19</b>	<b>16</b>	<b>30</b>	<b>92</b>	<b>660</b>

### Меню: Комплекс №2

#### Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Салат из квашеной капусты	100	8-00	1.6	5.07	7.68	83
Плов из филе цыплят, 60/180	240	58-40	17.84	16.81	48.54	400
Напиток из шиповника с апельсином	200	5-80	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб белый	042	3-60	3.32	0.34	21.34	101.64
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>		<b>75-80</b>	<b>23</b>	<b>22</b>	<b>94</b>	<b>651</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Сосиски отварные, 1 шт.	080	41-10	8.8	19.12	1.28	213
Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, 160/5	165	14-60	6.72	7.2	35.03	228
Напиток из шиповника с апельсином	200	5-80	0.25	0.07	16.71	66
Батон	032	1-93	2.31	0.79	15.4	80
Булочка "Веснушка"	050	4-20	3.78	3.16	27.08	154
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>		<b>67-63</b>	<b>22</b>	<b>30</b>	<b>95</b>	<b>741</b>

### Меню: Комплекс №5

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

Каша пшеничная вязкая	120	5-40	3.3	4.43	19.04	131
Чай полусладкий	200	2-20	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1-20	1.44	0.49	9.62	50
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>		<b>8-80</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>39</b>	<b>219</b>

### Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ

#### Завтрак

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1шт.	228	30-10	11.41	15.23	28.39	292
Напиток из шиповника с апельсином	200	5-80	0.25	0.07	16.71	66
Батон	030	1-79	2.16	0.73	14.43	75
Кондитерское изделие без крема (пирожное песочное глаз. помадкой) (Лакомка)	050	26-50	2.2	13.6	32	227

#### Обед

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	16-70	2.13	5.69	20.17	131
Чай с сахаром	200	2-90	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	031	2-69	2.45	0.25	15.75	75
Шафран с яблоками	080	14-90	3.84	7.75	34.09	222
<b>Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семе</b>		<b>101-38</b>	<b>25</b>	<b>43</b>	<b>177</b>	<b>1145</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: Согласовано по телефону