

# МЕНЮ

## Столовая лицея №14

на 17 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

### Меню: Комплекс №1

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

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	16-20	0.43	0.06	1.16	7
Плов из филе цыплят, 40/170	210	42-90	13.38	11.51	45.71	318
Чай с сахаром	200	2-90	0.2	0.05	15.01	57
Батон	036	2-19	2.59	0.88	17.32	90
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>		<b>64-19</b>	<b>17</b>	<b>12</b>	<b>79</b>	<b>472</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
Картофель тушеный с фаршем из мяса говядины	220	59-40	13.62	14.91	20.24	270
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	4-40	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	046	4-00	3.63	0.37	23.37	111
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>		<b>75-80</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>67</b>	<b>523</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Плов из филе цыплят, 40/170	210	42-90	13.38	11.51	45.71	318
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	4-40	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	032	2-73	2.53	0.26	16.26	77
Сосиска в тесте	027/50	17-60	6.79	8.37	27.11	212
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>		<b>67-63</b>	<b>23</b>	<b>20</b>	<b>104</b>	<b>666</b>

### Меню: Комплекс №5

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

Каша ячневая вязкая	130	5-10	2.77	4.12	17.95	118
Чай полусладкий	200	2-20	0.2	0.05	10.02	38
Батон	025	1-50	1.8	0.61	12.02	62
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>		<b>8-80</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>40</b>	<b>218</b>

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

#### Завтрак

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	16-20	0.43	0.06	1.16	7
Плов из филе цыплят, 40/170	210	42-90	13.38	11.51	45.71	318
Чай с сахаром	200	2-90	0.2	0.05	15.01	57
Батон	036	2-19	2.59	0.88	17.32	90

#### Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной и зеленью, 250/3	253	14-50	1.91	5.49	10.53	110
Напиток витаминный	200	10-80	0	0	0	78
Хлеб белый	043	3-69	3.4	0.34	21.84	104
Пирожки печёные с повидлом	070	8-20	3.92	1.59	39.95	189
<b>Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ</b>		<b>101-38</b>	<b>26</b>	<b>20</b>	<b>152</b>	<b>953</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: Согласовано по телефону