

МЕНЮ

Столовая лицея №14

на 17 Ноября 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"	050	2.2	13.6	32	227
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	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
Булочка российская	085	5.79	7.08	47.5	277.67
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	26	24	131	822

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
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Булочка с маком	050	3.93	1.58	27	141
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	22	28	95	721

Меню: Комплекс №5

Дополнительное 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
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>8-30</u>	5	5	39	219

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ

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"	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	029	2.29	0.23	14.73	70
Треугольник с фаршем	075	6.47	8.52	20.32	186
<u>Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ</u>	<u>95-55</u>	28	38	169	1085

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____