

МЕНЮ

Столовая лицей №14

на 18 Октября 2022 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Сосиски отварные с соусом красным (80/10)	090	8.88	19.3	1.89	217
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.6	169.29
Чай с сахаром и печеньем ("Царское" 200/1шт)	215	1.34	2.61	26.87	132.22
Батон	035	2.52	0.85	16.83	87.5
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	18	29	69	606

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Биточки рыбные	090	11.19	5.92	13.51	156
Пюре картофельное	190	3.93	6.91	23.14	184.72
Компот из ягод с пряником ("Зареченские" 200/1шт)	240	2.88	2.5	57.16	261.6
Хлеб целебный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70.4
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	20	16	110	673

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Сосиски отварные	100/2 шт.	11	23.9	1.6	266
Каша гречневая вязкая	155	4.66	5.72	22.86	164
Чай с сахаром с лимоном	200/5	0.26	0.06	15.22	59
Батон	032	2.3	0.78	15.39	80
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	18	30	55	569

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Макаронные изделия отварные	100	3.47	3.19	21.29	124.67
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1.15	0.39	7.7	40
<u>Итого по меню Комплекс №5</u>	<u>8-30</u>	5	4	39	203

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ

Завтрак

Сосиски отварные с соусом красным	090	8.88	19.3	1.89	217
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.6	169.29
Чай с сахаром и печеньем ("Царское" 200/1шт)	215	1.34	2.61	26.87	132.22
Батон	035	2.52	0.85	16.83	87.5

Обед

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	1.85	5.57	8.03	94
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	74.92
Перемяч печёный с мясом	080	7.75	5.65	20.9	166
<u>Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ</u>	<u>95-55</u>	30	40	129	1003

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

СОП