

# МЕНЮ

## Столовая лицея №14

### на 18 ноября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

#### Меню: Комплекс №1

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

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Плов из филе цыплят (40/170)	210	13.38	11.51	45.71	318
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Батон	031	2.23	0.76	14.91	77
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>55-55</b>	<b>16</b>	<b>12</b>	<b>81</b>	<b>477</b>

#### Меню: Комплекс №2

##### Горячий завтрак 5-11 классы

Салат из свежей капусты	100	1.55	5.08	9.39	88
Биточки рыбные	100	12.27	6.56	14.85	171
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром и песочным печеньем (200/15/шт) ("Царское")	215	1.17	4.55	23.56	135
Хлеб целебный ржаной	043	3.05	0.52	21.93	94
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>71-64</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>92</b>	<b>663</b>

#### Меню: Комплекс №4

##### Учащиеся из многодетных семей

Овощи свежие (огурцы) порционно	040	0.29	0.04	0.78	4
Плов из филе цыплят (40/170)	210	13.38	11.51	45.71	318
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Батон	029	2.09	0.71	13.96	73
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>63-74</b>	<b>22</b>	<b>17</b>	<b>104</b>	<b>632</b>

#### Меню: Комплекс №5

##### Дополнительное питание

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-30</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>40</b>	<b>221</b>

#### Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ

##### Завтрак

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Плов из филе цыплят (40/170)	210	13.38	11.51	45.71	318
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Батон	031	2.23	0.76	14.91	77

##### Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной, с зеленью (250/2)	252	1.89	5.49	10.5	110
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75
Хачапури с сыром школьное	090	9.04	10.01	31.21	254
<b>Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ</b>	<b>95-55</b>	<b>30</b>	<b>28</b>	<b>154</b>	<b>978</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_