

МЕНЮ

Столовая лицея №14

на 21 Сентября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Биточки рыбные	080	9.94	5.26	12.02	139
Пюре картофельное	170	3.5	6.18	20.69	165.47
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	045	3.24	1.09	21.64	112.5
<u>Итого по меню Комплекс №1</u>	<u>55-55</u>	17	13	69	474

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Плов из филе цыплят	250	18.33	17.54	53.56	427
Компот из свежих яблок с печеньем ("К Кофе" (1 шт))	200/12	1	2.07	26.88	129
Хлеб целебный ржаной	042	2.98	0.5	21.42	92.4
<u>Итого по меню Комплекс №2</u>	<u>71-64</u>	23	20	106	666

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Биточки рыбные	080	9.94	5.26	12.02	139
Пюре картофельное	150	3.09	5.45	18.26	146
Чай с сахаром, зефиром (1 шт)	200/25	0.32	0.05	35.01	137
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85
<u>Итого по меню Комплекс №4</u>	<u>63-74</u>	16	11	83	507

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша овсяная вязкая	120	3.17	5.24	14.24	117.6
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	6	34	206

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ

Завтрак

Биточки рыбные	080	9.94	5.26	12.02	139
Пюре картофельное	170	3.5	6.18	20.69	165.47
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	045	3.24	1.09	21.64	112.5

Обед

Суп картофельный "Гречишное зернышко"	250	2.35	2.86	19.29	105
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85
Пирожки печёные с мясом и луком	070	8.57	6.16	25.26	192.27
<u>Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ</u>	<u>95-55</u>	31	22	147	913

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

Соп