

МЕНЮ

Столовая лицея №14

на 21 Сентября 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Гуляш из филе птицы	090	44-30	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 150/30	180	14-50	3.82	4.67	18.75	133
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	030	2-39	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №1		64-19	18	20	52	453

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	46-70	12.28	10.72	11.69	205
Пюре картофельное	170	17-20	3.5	6.18	20.7	165
Кофейный напиток	200	4-30	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	027	2-10	2.13	0.22	13.72	65
Булочка "Веснушка"	065	5-50	4.93	4.12	35.23	201
Итого по меню Комплекс №2		75-80	24	22	97	698

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Гуляш из филе птицы	090	44-30	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 150/20	170	12-70	3.81	4.66	18.72	132
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	027	2-13	2.13	0.22	13.72	65
Булочка "Веснушка"	065	5-50	4.93	4.12	35.23	201
Итого по меню Комплекс №4		67-63	23	24	86	645

Меню: Комплекс №5

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

Макаронные изделия отварные	100	5-40	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0.2	0.05	10.02	38
Батон	018	1-10	1.29	0.44	8.66	45
Итого по меню Комплекс №5		8-80	5	4	40	208

Меню: Комплекс №6

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

Гуляш из филе птицы	090	44-30	11.57	14.62	3.39	190
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 150/30	180	14-50	3.82	4.67	18.75	133
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	030	2-39	2.37	0.24	15.24	73

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	15-90	2.13	5.69	20.17	131
Чай с сахаром, 200/15	215	3-00	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	025	1-89	1.97	0.2	12.7	60
Беккен с капустой, яйцом	090	16-40	5.96	10.12	23.77	213
Итого по меню Комплекс №6		101-38	28	36	124	914

Зав. производством: _____

Калькулятор: Согласовано по телефону