

МЕНЮ

Столовая лицея №14

на 22 Мая 2023 г.

| Наименование блюда | Выход | Пищевая ценность | | | |
|--------------------|-------|------------------|------|----------|------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | ККал |

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20 | 100 | 9.72 | 10.86 | 10.29 | 180 |
| Макаронные изделия отварные с зеленым горошком консерв., припущенным, 170/20 | 190 | 6.51 | 5.47 | 37.37 | 220 |
| Компот из ягод | 200 | 0.2 | 0.08 | 16.43 | 66 |
| Батон | 026 | 1.87 | 0.64 | 12.51 | 65 |
| Итого по меню Комплекс №1 | 64-19 | 18 | 17 | 77 | 531 |

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

| | | | | | |
|---|--------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Фрикадельки домашние с соусом красным основным, 90/20 | 110 | 12.63 | 15.32 | 8.8 | 226 |
| Каша гречневая вязкая | 200 | 6.01 | 7.37 | 29.52 | 210 |
| Компот из ягод | 200 | 0.2 | 0.08 | 16.43 | 66 |
| Хлеб белый | 041 | 3.23 | 0.33 | 20.83 | 99.35 |
| Булочка с маком/батон с маком | 050 | 3.93 | 1.58 | 27 | 141 |
| Итого по меню Комплекс №2 | 75-80 | 26 | 25 | 103 | 742 |

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

| | | | | | |
|---|--------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20 | 100 | 9.72 | 10.86 | 10.29 | 180 |
| Макаронные изделия отварные | 190 | 6.6 | 6.08 | 40.45 | 238 |
| Компот из ягод | 200 | 0.2 | 0.08 | 16.43 | 66 |
| Хлеб белый | 042 | 3.32 | 0.34 | 21.34 | 102 |
| Булочка "Маковка" | 050 | 3.79 | 7.16 | 26.74 | 188 |
| Итого по меню Комплекс №4 | 67-63 | 24 | 25 | 115 | 774 |

Меню: Комплекс №5

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

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Каша пшеничная вязкая | 120 | 3.3 | 3.85 | 19.44 | 125 |
| Чай полусладкий | 200 | 0.2 | 0.05 | 10.02 | 38 |
| Батон | 026 | 1.87 | 0.64 | 12.51 | 65 |
| Итого по меню Комплекс №5 | 8-80 | 5 | 5 | 42 | 228 |

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ

Завтрак

| | | | | | |
|--|-----|------|-------|-------|-----|
| Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20 | 100 | 9.72 | 10.86 | 10.29 | 180 |
| Макаронные изделия отварные с зеленым горошком консерв., припущенным, 170/20 | 190 | 6.51 | 5.47 | 37.37 | 220 |
| Компот из ягод | 200 | 0.2 | 0.08 | 16.43 | 66 |
| Батон | 026 | 1.87 | 0.64 | 12.51 | 65 |

Обед

| | | | | | |
|---|---------------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Суп картофельный с горохом | 250 | 5.28 | 4.42 | 22.07 | 142 |
| Чай с сахаром | 200 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Хлеб белый | 029 | 2.29 | 0.23 | 14.73 | 70 |
| Хачапури с сыром школьное | 085 | 8.56 | 9.45 | 29.48 | 242 |
| Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ | 101-38 | 35 | 31 | 158 | 1042 |

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____