

**МЕНЮ**  
**Столовая лицея №14**  
 на 22 Декабря 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Цыпленок отварной (голень)	100	20.78	15.3	3.61	250
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Батон	040	2.88	0.98	19.25	100
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>29</b>	<b>22</b>	<b>65</b>	<b>596</b>

**Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Картофель тушеный с мясом говядины рубленным с доп. гарниром овощи свежие(помидоры) порционно, 200/20	220	12.64	13.6	19.31	252
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб целебный ржаной	035	2.48	0.42	17.85	77
Гребешки с повидлом	075	4.56	3.15	40.59	210
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>20</b>	<b>17</b>	<b>93</b>	<b>598</b>

**Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Цыпленок отварной (голень)	100	20.78	15.3	3.61	250
Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 160/20	180	4.82	5.9	23.65	169
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Хлеб Сельский	027	1.48	0.27	12.15	84
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>27</b>	<b>22</b>	<b>58</b>	<b>580</b>

**Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)

Каша ячневая вязкая	140	2.97	4.43	19.34	128
Чай полусладкий, 200/10	210	0	0	9.98	40
Батон	020	0.16	0.3	1.48	9
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>31</b>	<b>177</b>

**Меню: Комплекс №6**Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак

Цыпленок отварной (голень)	100	20.78	15.3	3.61	250
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Кофейный напиток	200	0.24	0.19	18.82	77
Батон	040	2.88	0.98	19.25	100

Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Чай полусладкий с черносливом, 200/10/7	217	0.36	0.05	14.07	55
Хлеб целебный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70
Рогалик с вареным сгущенным молоком	075	6.91	8.93	44.04	289
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>101-38</b>	<b>40</b>	<b>37</b>	<b>150</b>	<b>1119</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_