



# МЕНЮ

## Столовая лицея №14

на 23 Января 2024 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

### Меню: Комплекс №1

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

Картофель тушеный с филе птицы рубленным	220	56-20	16.7	11.27	22.01	256
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Хлеб целебный ржаной	040	3-06	2.84	0.48	20.4	88
Печенье формовое, 2 шт.	030	5-20	2.17	5.4	20.85	141
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>		<b>66-76</b>	<b>22</b>	<b>17</b>	<b>73</b>	<b>525</b>

### Меню: Комплекс №2

#### Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	48-60	12.28	10.72	11.69	205
Рис отварной	185	20-40	4.51	7.46	41.91	262
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	4-90	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб целебный ржаной	027	2-30	1.92	0.32	13.77	59
Булочка Домашняя (с сахаром)	050	5-00	3.52	6.45	27.99	185
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>		<b>81-20</b>	<b>22</b>	<b>25</b>	<b>111</b>	<b>770</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	48-60	12.28	10.72	11.69	205
Рис отварной	185	20-40	4.51	7.46	41.91	262
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	4-90	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб целебный ржаной	027	2-30	1.92	0.32	13.77	59
Булочка Домашняя (с сахаром)	050	5-00	3.52	6.45	27.99	185
Скидка		-10-86	0	0	0	0
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>		<b>70-34</b>	<b>22</b>	<b>25</b>	<b>111</b>	<b>770</b>

### Меню: Комплекс №5

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

Макаронные изделия отварные	100	5-80	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Батон	018	1-10	1.29	0.44	8.66	45
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>		<b>9-20</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>40</b>	<b>210</b>

### Меню: Комплекс №6 (по желанию)

#### Двухразовое питание учащихся 1-4 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Картофель тушеный с филе птицы рубленным	220	56-20	16.7	11.27	22.01	256
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	222	5-60	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб целебный ржаной	033	2-84	2.34	0.4	16.83	72
Печенье формовое, 2 шт.	030	5-20	2.17	5.4	20.85	141

#### Двухразовое питание учащихся 1-4 с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК2

Булочка Домашняя (с сахаром)	050	5-00	3.52	6.45	27.99	185
Десерт фруктовый (яблоко)	170	30-60	0.68	0.68	16.66	80
<b>Итого по меню Комплекс №6 (по желанию)</b>		<b>105-44</b>	<b>26</b>	<b>24</b>	<b>120</b>	<b>793</b>

### Меню: Комплекс №7

#### Двухразовое питание учащихся 1-11 кл. с ОВЗ и МОБ - ЗАВТРАК

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	48-60	12.28	10.72	11.69	205
Рис отварной	185	20-40	4.51	7.46	41.91	262
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	4-90	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб целебный ржаной	027	2-30	1.92	0.32	13.77	59
Булочка Домашняя (с сахаром)	050	5-00	3.52	6.45	27.99	185

#### Двухразовое питание учащихся 1-11 класс ОВЗ и МОБ - ОБЕД

Салат из моркови с сахаром	100	10-50	1.63	6.06	18.21	132
Суп картофельный "Рисовое зернышко"	220	9-30	1.78	2.42	17.32	93
Чай полусладкий, 200/10	210	2-30	0	0	9.98	40
Батон	036	2-14	2.59	0.88	17.32	90
<b>Итого по меню Комплекс №7</b>		<b>105-44</b>	<b>28</b>	<b>34</b>	<b>173</b>	<b>1125</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: Согласовано по телефону