

МЕНЮ

Столовая лицей №14

на 23 Декабря 2022 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

Цыплята запеченные (голень)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Итого по меню Комплекс №1	55-55	35	27	65	666

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

Гуляш из филе индейки (50/50)	100	16.56	4.84	3.37	127
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Напиток витаминный с пряником (200/40/1шт) (Зареченские)	240	2.2	2	31.2	230
Хлеб целебный ржаной	034	2.41	0.41	17.34	74.8
Итого по меню Комплекс №2	71-64	27	14	78	621

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

Цыплята запеченные (голень)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	033	2.34	0.4	16.83	72
Булочка российская	060	4.09	5	33.53	196
Итого по меню Комплекс №4	63-74	40	33	105	884

Меню: Комплекс №5

Дотационное питание

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	40	221

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ и МОБ

Завтрак

Цыплята запеченные (голень)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75

Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	1.84	5.48	10.52	109
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	036	2.84	0.29	18.29	87.3
Треугольник с фаршем	075	6.47	8.52	20.32	186
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ и МОБ	95-55	47	42	129	1105

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____