

МЕНЮ

Столовая лицея №14

на 27 Января 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Салат из свежей капусты	060	0.93	3.06	5.62	53
Цыплята запеченные (голень)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Батон	035	2.52	0.86	16.84	87
Итого по меню Комплекс №1	64-19	36	30	71	720

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

Гуляши из филе индейки, 50/50	100	16.56	4.84	3.37	127
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром и лимоном, с пряником в индивид.упаковке, 200/7/48/1 шт.	255	2.71	2.56	50.65	232
Хлеб целебный ржаной	036	2.56	0.43	18.36	79
Итого по меню Комплекс №2	75-80	27	14	99	627

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

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 и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб целебный ржаной	031	2.2	0.37	15.81	68
Рулет с маком	050	3.7	7.34	25.43	182
Итого по меню Комплекс №4	67-63	39	34	92	843

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

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	40	218

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

Салат из свежей капусты	060	0.93	3.06	5.62	53
Цыплята запеченные (голень)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Батон	035	2.52	0.86	16.84	87

Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.62	2.75	16.88	121
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	026	1.85	0.31	13.26	57
Треугольник с фаршем	070	6.04	7.93	18.96	175
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	47	41	135	1130

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____