

МЕНЮ

Столовая лицей №14

на 27 Сентября 2022 г.

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

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс

| | | | | | |
|----------------------------------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Биточки рыбные | 080 | 9.94 | 5.26 | 12.02 | 139 |
| Пюре картофельное | 170 | 3.5 | 6.18 | 20.69 | 165.47 |
| Чай с сахаром | 200 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Батон | 045 | 3.24 | 1.09 | 21.64 | 112.5 |
| Итого по меню Комплекс №1 | 55-55 | 17 | 13 | 69 | 474 |

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак 5-11 классы

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Фрикадельки из цыплят | 100 | 14.88 | 22.69 | 7.41 | 293 |
| Рис отварной | 200 | 4.88 | 8.06 | 45.3 | 284 |
| Напиток апельсиновый с печеньем ("ежики" 200/шт) | 220 | 1.46 | 3.42 | 26.29 | 155 |
| Хлеб целебный ржаной | 032 | 2.27 | 0.38 | 16.32 | 70.4 |
| Итого по меню Комплекс №2 | 71-64 | 23 | 35 | 95 | 802 |

Меню: Комплекс №4

Учащиеся из многодетных семей

| | | | | | |
|----------------------------------|--------------|-----------|-----------|-----------|------------|
| Биточки рыбные | 080 | 9.94 | 5.26 | 12.02 | 139 |
| Пюре картофельное | 180 | 3.71 | 6.54 | 21.91 | 175.2 |
| Чай с сахаром | 200 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Хлеб белый | 029 | 2.29 | 0.23 | 14.73 | 70.57 |
| Пирожки печеные с яблоками | 070 | 3.45 | 4.2 | 26.95 | 158.67 |
| Итого по меню Комплекс №4 | 63-74 | 20 | 16 | 91 | 600 |

Меню: Комплекс №5

Дополнительное питание

| | | | | | |
|----------------------------------|-------------|----------|----------|-----------|------------|
| Каша рисовая вязкая | 100 | 1.49 | 3.1 | 15.07 | 95 |
| Чай полусладкий | 200 | 0.2 | 0.05 | 10.02 | 38 |
| Батон | 030 | 2.16 | 0.73 | 14.43 | 75 |
| Итого по меню Комплекс №5 | 8-30 | 4 | 4 | 40 | 208 |

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ

Завтрак

| | | | | | |
|-------------------|-----|------|------|-------|--------|
| Биточки рыбные | 080 | 9.94 | 5.26 | 12.02 | 139 |
| Пюре картофельное | 170 | 3.5 | 6.18 | 20.69 | 165.47 |
| Чай с сахаром | 200 | 0.2 | 0.05 | 15.01 | 57 |
| Батон | 045 | 3.24 | 1.09 | 21.64 | 112.5 |

Обед

| | | | | | |
|--|--------------|-----------|-----------|------------|------------|
| Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/ | 250 | 2.13 | 5.69 | 20.17 | 131 |
| Напиток из сока | 200 | 0.25 | 0 | 21.32 | 84 |
| Хлеб белый | 033 | 2.61 | 0.26 | 16.76 | 80.3 |
| Ватрушка с творогом | 075 | 8.24 | 7.11 | 29.36 | 216 |
| Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ | 95-55 | 30 | 26 | 157 | 985 |

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

СОП