

# МЕНЮ

## Столовая лицей №14

на 28 Января 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

### Меню: Комплекс №1

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

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо отварное, 180/5/48/1 шт.	233	11.21	12.92	37.76	310
Нектар в ассортименте с кондитерским изделием без крема, 200/60/ 1 шт. (Корж молочный)	260	4.44	6.66	72.58	361
Батон	023	1.65	0.56	11.07	58
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>121</b>	<b>729</b>

### Меню: Комплекс №2

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

Цыплята запеч. (четвертинки)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	190	6.6	6.08	40.45	238
Чай с сахаром и песочным печеньем, 200/15/1шт. (Царское)	215	1.17	4.55	23.56	135
Батон	044	3.17	1.08	21.17	110
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>38</b>	<b>33</b>	<b>86</b>	<b>817</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, 180/10	190	5.26	11.53	37.47	273
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Батон	024	1.73	0.59	11.55	60
Манник домашний с повидлом, 110/10	120	6.74	13.54	64.12	403
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>14</b>	<b>26</b>	<b>147</b>	<b>868</b>

### Меню: Комплекс №5

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

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1.15	0.39	7.7	40
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>39</b>	<b>203</b>

### Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ

#### Завтрак

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо отварное, 180/5/48/1 шт.	233	11.21	12.92	37.76	310
Нектар в ассортименте с кондитерским изделием без крема, 200/60/ 1 шт. (Корж молочный)	260	4.44	6.66	72.58	361
Батон	023	1.65	0.56	11.07	58

#### Завтрак I

Йогурт питьевой	200	6	6	22	160
Булочка Домашняя	055	3.88	7.1	30.81	205
<b>Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ</b>	<b>101-38</b>	<b>27</b>	<b>33</b>	<b>174</b>	<b>1094</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_