

# МЕНЮ

## Столовая лицея №14

на 29 ноября 2022 г.



Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

### Меню: Комплекс №1

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

Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы (40/160)	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай с сахаром с лимоном и формовым печеньем (200/7/20/1шт) (Ёжики)	227	1.76	2.02	30.1	142
Батон	032	2.31	0.79	15.4	80
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>55-55</b>	<b>17</b>	<b>22</b>	<b>70</b>	<b>537</b>

### 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 формовым печеньем (200/20/1шт) (Ёжики)	220	1.68	2	31.47	148
Хлеб целебный ржаной	032	2.27	0.38	16.32	70
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>71-64</b>	<b>24</b>	<b>33</b>	<b>100</b>	<b>795</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Учащиеся из многодетных семей

Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы (40/160)	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай с сахаром с лимоном (200/7)	207	0.26	0.06	15.22	59
Батон	027	1.95	0.66	12.99	68
Ватрушка с творогом	075	8.24	7.11	29.36	216
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>63-74</b>	<b>23</b>	<b>27</b>	<b>78</b>	<b>640</b>

### 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	020	1.44	0.49	9.62	50
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-30</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>35</b>	<b>183</b>

### Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗ и МОБ

#### Завтрак

Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы (40/160)	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай с сахаром с лимоном и формовым печеньем (200/7/20/1шт) (Ёжики)	227	1.76	2.02	30.1	142
Батон	032	2.31	0.79	15.4	80

#### Обед

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	2.13	5.69	20.17	131
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85
Ватрушка с творогом	075	8.24	7.11	29.36	216
<b>Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ и МОБ</b>	<b>95-55</b>	<b>30</b>	<b>35</b>	<b>154</b>	<b>1035</b>

Зав. производством:

Калькулятор:

*[Handwritten signature]*