

МЕНЮ
Столовая лицей №14
на 30 Сентября 2022 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

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

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.49	0.06	1.6	8.4
Плов из филе цыплят	210	13.38	11.51	45.71	318
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Хлеб белый	032	2.53	0.26	16.26	77.87
Итого по меню Комплекс №1	55-55	17	12	82	479

Меню: Комплекс №2Горячий завтрак 5-11 классы

Свекла отварная порционно	060	0.66	0.06	4.52	18
Биточки рыбные	090	11.19	5.92	13.51	156
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Компот из свежих яблок с печеньем ("Курабье" 1 шт)	220	0.18	0.18	20.78	82.5
Батон	032	2.3	0.78	15.39	80
Итого по меню Комплекс №2	71-64	18	13	76	511

Меню: Комплекс №4Учащиеся из многодетных семей

Овощи свежие (огурцы) порционно	040	0.29	0.04	0.78	4
Плов из филе цыплят	210	13.38	11.51	45.71	318
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Хлеб белый	026	2.05	0.21	13.21	63.27
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №4	63-74	22	16	103	622

Меню: Комплекс №5Дотационное питание

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118.3
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62
Итого по меню Комплекс №5	8-30	5	5	40	218

Меню: Двухразовое питание для детей с ОВЗЗавтрак

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.49	0.06	1.6	8.4
Плов из филе цыплят	210	13.38	11.51	45.71	318
Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	18.89	75
Хлеб белый	032	2.53	0.26	16.26	77.87

Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250/2	1.84	5.48	10.52	109
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75.02
Хачапури с сыром школьное	090	9.04	10.01	31.21	254
Итого по меню Двухразовое питание для детей с ОВЗ	95-55	30	28	155	979

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____