

# МЕНЮ

## Столовая лицея №14

на 31 Января 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

### Меню: Комплекс №1

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

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 с кондитерским изделием, 200/7/33/1 шт. (Мини Маффины)	240	1.71	6.32	29.54	178
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>17</b>	<b>25</b>	<b>70</b>	<b>568</b>

### Меню: Комплекс №2

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

Фрикадельки из цыплят	100	14.88	22.69	7.41	293
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Напиток апельсиновый с пряником, 200/40/1 шт. (Зареченские)	240	2.38	2.04	47.79	217
Батон	031	2.23	0.76	14.91	77
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>24</b>	<b>33</b>	<b>111</b>	<b>843</b>

### Меню: Комплекс №4

#### Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы, 40/160	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Ватрушка с творогом	075	8.24	7.11	29.36	216
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>23</b>	<b>27</b>	<b>79</b>	<b>647</b>

### Меню: Комплекс №5

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

Каша рисовая вязкая	100	1.49	3.1	15.07	95
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	018	1.29	0.44	8.66	45
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>34</b>	<b>178</b>

### Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей 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 с кондитерским изделием, 200/7/33/1 шт. (Мини Маффины)	240	1.71	6.32	29.54	178
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75

#### Обед

Суп картофельный "Рисовое зернышко"	250	2.02	2.75	19.71	103
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80
Ватрушка с творогом	075	8.24	7.11	29.36	216
<b>Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ</b>	<b>101-38</b>	<b>30</b>	<b>36</b>	<b>153</b>	<b>1032</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: Астаф