

«Утверждаю». Директор лицея: Громова С.Н. /С.Н. Громова/



МЕНЮ завтрак 1-4 классы ЦСО на 19.01.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
6,81	6,61	21,70	173,50	93	Суп молочный с макаронами с маслом	10/250	18,12
3,84	2,86	13,19	93,86	379	Кофейный напиток с молоком	200	8,86
2,50	3,87	29,70	163,63	2	Бутерброд с джемом	30/5/20	10,25
4,76	4,04	0,24	56,36	209	Яйцо вареное	1 шт,	7,80
1,17	7,28	15,86	133,64		Батончик Дет. Сувенир	1/38	17,00
19,08	24,66	80,68	620,99				62,03

МЕНЮ 1-4 классы (с 7 до 11лет) на 19.01.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
8,55	12,06	12,42	191,74	286, 348	Тефтели мясные с соусом из мяса говядины 1категории	60/50	23,84
3,64	7,74	36,47	230,09	171	Рис отварной	150	8,04
0,00	0,00	20,00	80,00	399	Сок фруктовый	200	16,00
0,44	0,08	2,24	11,44	133	Доп. гарнир: Кукуруза сахарная консервирован, отварная	20	5,20
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано –пшеничный	1/30	1,28
2,09	0,52	17,8	83,58		Мандарин	1/281,8	42,27
16,703	20,7585	100,807	655,5315				96,63

МЕНЮ платно 5-11 классы, ЦСО 5-11 классы (с 12лет и старше) на 19.01.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
8,55	12,06	12,42	191,74	286, 348	Тефтели мясные с соусом из мяса говядины	60/50	23,84
4,54	7,86	45,56	271,09	171	Рис отварной	200	8,89
0,00	0,00	20,00	80,00	399	Сок фруктовый	200	16,00
0,44	0,08	2,24	11,44	133	Доп. гарнир: Кукуруза сахарная консервирован, отварная	20	5,20
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,28
2,09	0,52	17,8	83,58		Мандарин	1/226,7	34,01
17,59	20,88	109,89	696,53				89,22

МЕНЮ обед платно 1-4 классы на 19.01.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
8,26	2,80	16,45	121,78	84	Суп картофельный с рыбой-пикша	35/250	16,49
8,55	12,06	12,42	191,74	286; 348	Тефтели мясные с соусом из мяса говядины	60/50	23,84
3,64	7,74	36,47	230,09	171	Рис отварной	150	8,04
0,00	0,00	20,00	80,00	399	Сок фруктовый	200	16,00
0,44	0,08	2,24	11,44	133	Доп. гарнир: Кукуруза сахарная консервирован, отварная	20	5,20
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,28
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,48
25,224	23,289	114,707	766,398				72,34

Шеф-повар: Толстова И.В. /Толстова И.В./