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

МЕНЮ завтрак 1-4 классы ЦСО на 30.01.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
5,79	9,73	30,42	232,39	181	Каша манная на молоке с маслом	200/10	12,06
3,46	2,20	22,44	123,40	382	Какао с молоком сгущенным	200	12,07
5,88	8,30	15,32	159,45	3	Бутерброд с сыром	31/5/15	10,49
17,44	**23,63**	**77,62**	**592,91**				**34,62**

МЕНЮ 1-4 классы (с 7 до 11лет) на 30.01.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
18,61	5,06	3,71	133,93	290	Птица, тушенная в соусе	60/60	24,92
5,29	4,19	32,81	190,07	202;309	Макароны отварные	150	5,39
0,19	0,05	8,39	34,71	392	Чай с сахаром	200	1,56
1,00	0,04	2,56	14,60	131	Доп. гарнир: Горошек зеленый консервирован, отварной	20	5,42
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано –пшеничный	1/30	1,28
27,071	**9,694**	**59,3415**	**431,996**				**38,56**

МЕНЮ платно 5-11 классы,ЦСО 5-11 классы (с 12лет и старше) на 30.01.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
18,61	5,06	3,71	133,93	290	Птица, тушенная в соусе	60/60	24,92
6,62	5,23	41,01	237,59	202;309	Макароны отварные	200	6,15
0,19	0,05	8,39	34,71	392	Чай с сахаром	200	1,56
1,00	0,04	2,56	14,60	131	Доп. гарнир: Горошек зеленый консервирован, отварной	20	5,42
2,07	0,4	12,7	62,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,28
28,4843	**10,7805**	**68,3633**	**483,5145**				**39,32**

МЕНЮ обед платно 1-4 классы на 30.01.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
7,17	9,22	12,33	158,71	101	Суп картофельный с крупой, мясом птицы	25/250	10,11
18,61	5,06	3,71	133,93	290	Птица, тушенная в соусе	60/60	24,92
5,29	4,19	32,81	190,07	202;309	Макароны отварные	150	5,39
0,19	0,05	8,39	34,71	392	Чай с сахаром	200	1,56
1,00	0,04	2,56	14,60	131	Доп. гарнир: Горошек зеленый консервирован, отварной	20	5,42
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
458,189	**19,1576**	**86,9265**	**663,372**				**50,15**

Шеф-повар: _____/Толстова И.В./