

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



МЕНЮ завтрак 1-4 классы ЦСО на 20.02.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
7,10	10,61	34,72	262,76	182	Каша пшеничная на молоке с маслом	200/10	12,33
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
16,43	21,11	72,48	545,62				34,89

МЕНЮ завтрак 1-4 классы (с 7 до 11 лет) ФБ на 20.02.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
20,08	11,92	48,44	377,49	291	Плов с мясом птицы	250 (50/200)	25,33
0,95	0	38,83	159,10	639	Компот из сухофруктов	200	3,15
1,00	0,04	2,56	14,60	131	Доп. гарнир: горошек зеленый консервированный отварной	20	5,42
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,28
24,01	12,318	101,7	609,877				35,18

МЕНЮ обед 1-4 классы 2 смена Фед. на 20.02.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
7,63	10,02	8,68	153,14	88	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом птицы со сметаной	285 (10/25/250)	12,94
18,61	6,06	4,93	148,82	290	Птица, тушенная в соусе	120 (60/60)	24,92
8,22	9,25	36,01	260,19	313	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,0
0,19	0,05	15,03	61,29	392	Чай с сахаром	200	1,56
1,41	2,30	4,97	46,21	54	Икра свекольная	60	3,11
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
458,2	28,29	96,75	800,99				54,28

МЕНЮ платно 5-11 классы, ЦСО 5-11 классы (с 12 лет и старше) на 20.02.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
20,08	11,92	48,44	377,49	291	Плов с мясом птицы	50/200	25,33
0,95	0	38,83	159,10	639	Компот из сухофруктов	200	3,15
1,00	0,04	2,56	14,60	131	Доп. гарнир: горошек зеленый консервированный отварной	20	5,42
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,28
24,01	12,318	101,7	609,877				35,18

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