

«Утверждаю». Директор лицея: Толстова И.В. /С.Н. Громова/



МЕНЮ завтрак 1-4 классы ЦСО на 06.04.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
14,11	19,99	1,92	243,99	211	Омлет с сыром	115	28,78
3	4,72	29,76	173,52		Печенье сахарное	40	5,2
3,61	2,73	19,74	117,97	382	Какао на молоке	200	10,67
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,48
0,82	7,11	11,9	114,2		Барни кекс	1/30	35
23,902	34,791	78,57	722,341				81,13

МЕНЮ завтрак 1-4 классы (с 7 до 11 лет) ФБ на 06.04.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
15,20	4,70	13,59	157,11	306	Биточки рубленые из мяса птицы с соусом	80/30	18,11
3,72	14,99	36,60	296,18	171	Рис отварной с маслом	150/10	12,66
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,15
0,44	0,08	2,24	11,44	133	Доп. гарнир: кукуруза сахарная консервированная отварная	20	5,20
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,28
0,796	0,796	19,5	88,356		Яблоко	199	19,90
23,089	20,926	117,3	749,601				60,30

МЕНЮ обед 1-4 классы 2 смена ФБ на 06.04.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
9,30	12,18	16,87	212,11	96	Рассольник Ленинградский с мясом птицы со сметаной	10/25/250	15,22
15,20	4,70	13,59	157,11	306	Биточки рубленые из мяса птицы с соусом	80/30	18,11
3,72	14,99	36,60	296,18	171	Рис отварной с маслом	150/10	12,66
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,15
0,44	0,08	2,24	11,44	133	Доп. гарнир: кукуруза сахарная консервированная 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
33,95	32,55	129,95	946,01				57,10

МЕНЮ платно 5-11 классы, ЦСО 5-11 классы (с 12 лет и старше) на 06.04.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
15,20	4,70	13,59	157,11	306	Биточки рубленые из мяса птицы с соусом	80/30	18,11
4,62	15,11	45,69	337,18	171	Рис отварной с маслом	200/10	13,51
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,15
0,44	0,08	2,24	11,44	133	Доп. гарнир: : кукуруза сахарная консервированная отварная	20	5,20
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,28
0,796	0,796	19,5	88,356		Яблоко	199	19,90
23,98	21,048	126,4	790,6				61,15

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