

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

МЕНЮ завтрак 1-4 классы ЦСО на 03.05.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
30,30	13,75	39,73	411,90	223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	43,42
1,54	1,15	10,59	58,81	378	Чай с молоком	200	4,71
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,48
1,17	7,28	15,86	133,64		Обыкновенное чудо	1/55	30,00
35,368	22,42	81,43	677,02				79,61

МЕНЮ завтрак 1-4 классы (с 7 до 11 лет) ФБ на 03.05.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
14,57	16,64	8,78	242,73	281	Биточки рыбные паровые с соусом	75/30	20,56
2,50	7,76	19,00	155,85	128	Картофельное пюре с маслом	150/5	8,66
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	2,80
0,40	0,05	1,25	7,05	577	Доп. гарнир огурцы свежие	50	7,36
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано- пшеничный	1/30	1,28
0,971	0,729	25,014	110,497		Груша	242,85	41,29
20,664	25,589	74,5	610,56				81,95

МЕНЮ обед 1-4 классы 2 смена ФБ на 03.05.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
6,84	9,17	8,97	143,53	102	Суп картофельный с горохом мясом птицы	25/250	11,06
14,57	16,64	8,78	242,73	281	Биточки рыбные паровые с соусом	75/30	20,56
2,50	7,76	19,00	155,85	128	Картофельное пюре с маслом	150/5	8,66
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	2,80
0,40	0,05	1,25	7,05	577	Доп. гарнир огурцы свежие	50	7,42
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
4,52	5,75	0,00	69,87		Сыр порционно	19,5	8,56
33,415	40,031	73,71	786,12				61,82

МЕНЮ платно 5-11 классы, ЦСО 5-11 классы (с 12 лет и старше) на 03.05.2022 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
14,57	16,64	8,78	242,73	281	Биточки рыбные паровые с соусом	75/30	20,56
3,35	11,56	25,36	218,82	128	Картофельное пюре с маслом	200/5	12,32
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	2,80
0,40	0,05	1,25	7,05	577	Доп. гарнир огурцы свежие	50	7,42
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано- пшеничный	1/30	1,28
1,05	0,79	27,11	119,76		Груша	263,2	44,75
21,592	29,445	82,95	682,782				89,13

Шеф-повар: Толстова И.В.