

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



МЕНЮ завтрак 1-4 классы ЦСО на 25.10.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
16,43	10,78	29,71	281,60	392	Пельмени отварные с маслом	150/5	47,39
2,45	0,15	31,53	137,25	348	Компот из кураги	200	8,11
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,41
3,53	1,18	49,44	222,50		Банан	235,45	35,32
24,39	12,47	122,56	700,03				92,23

МЕНЮ 1-4 классы (с 7 до 11 лет) ФБ на 25.10.2023 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	17,95
8,22	9,25	36,01	260,19	313	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,67
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	3,43
0,50	0,10	1,75	9,90	320	Доп. гарнир: помидоры свежие	50	9,00
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,41
2,4	0,6	22,5	105		Апельсин	300	51,00
2,16	10,4	20,8	185,44		Батончик Зебра	1/40	29,00
30,7051	25,467	115,112	812,0656				121,46

МЕНЮ обед 1-4 классы 2 смена ФБ на 25.10.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
8,34	7,18	19,03	171,84	82	Суп картофельный с макаронными изделиями, мясом птицы	25/250	15,53
15,20	4,70	13,59	157,11	306	Биточки рубленые из мяса птицы с соусом	80/30	17,95
8,22	9,25	36,01	260,19	313	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,67
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	3,43
0,46	0,09	1,61	9,11	320	Доп. гарнир: помидоры свежие	42	7,64
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,41
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,62
2,4	0,6	22,5	105		Апельсин	300	51,00
2,16	10,4	20,8	185,44		Батончик Зебра	1/40	29,00
36,7981	21,8865	105,952	765,3431				137,25

МЕНЮ платно 5-11 классы, ЦСО 5-11 классы (с 12 лет и старше) на 25.10.2023 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	17,95
10,96	12,31	48,01	346,70	313	Каша гречневая рассыпчатая	200	12,87
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	3,43
0,50	0,10	1,75	9,90	320	Доп. гарнир: помидоры свежие	50	9,00
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,41
1,17	7,28	15,86	133,64		Обыкновенное чудо	1/55	33,00
30,06	24,81	99,67	741,77				77,66

Шеф-повар: Толстова И.В.