

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



МЕНЮ завтрак 1-4 классы ЦСО на 27.10.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
4,99	9,86	28,43	222,43	185	Каша рисовая на молоке с маслом	200/10	14,62
3,61	2,73	19,74	117,97	382	Какао на молоке	200	12,01
5,88	8,30	15,32	159,45	3	Бутерброд с сыром	31/5/15	10,63
0,76	0,76	18,62	84,36		Яблоко	190	19,00
15,24	21,65	82,11	584,21				56,27

МЕНЮ 1-4 классы (с 7 до 11 лет) ФБ на 27.10.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
14,47	16,09	5,04	222,80	246	Гуляш с соусом	50/50	42,75
2,46	4,14	18,94	122,81	128	Картофельное пюре	150	6,70
0,19	0,05	8,39	34,71	392	Чай с сахаром	200	1,91
1,34	2,26	5,41	47,12	321	Доп. гарнир: капуста тушеная	60	3,22
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,41
3,48	4,43	0,00	53,75		Сыр порционно	15	6,70
2,34	14,56	31,72	267,28		Супер контик	1/50	27,00
26,2543	41,8758	81,3669	807,1422				89,68

МЕНЮ обед 1-4 классы 2 смена ФБ на 27.10.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
7,52	9,98	11,34	162,98	82	Борщ со св, капустой с картофелем , мясом птицы со сметаной	10/25/250	18,73
14,47	16,09	5,04	222,80	246	Гуляш с соусом	50/50	42,75
2,46	4,14	18,94	122,81	128	Картофельное пюре	150	6,70
0,19	0,05	8,39	34,71	392	Чай с сахаром	200	1,91
1,34	2,26	5,41	47,12	321	Доп. гарнир: капуста тушеная	60	3,22
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
3,48	4,43	0,00	53,75		Сыр порционно	15	6,70
442,023	37,54	76,23	775,51				83,04

МЕНЮ платно 5-11 классы, ЦСО 5-11 классы (с 12 лет и старше) на 27.10.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
14,47	16,09	5,04	222,80	246	Гуляш с соусом	50/50	42,75
3,31	7,93	25,29	185,77	128	Картофельное пюре	200	10,48
0,19	0,05	8,39	34,71	392	Чай с сахаром	200	1,91
1,34	2,26	5,41	47,12	321	Доп. гарнир: капуста тушеная	60	3,22
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,41
2,34	14,56	31,72	267,28		Супер контик	1/50	27,00
23,6218	41,2458	87,7219	816,3622				86,77

Шеф-повар:  /Толстова И.В./