

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



МЕНЮ завтрак 1-4 классы ЦСО на 8.11.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
30,30	13,75	39,73	411,90	223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/30	44,28
1,54	1,15	10,59	58,81	378	Чай с молоком	200	5,06
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,62
0,79	0,79	19,25	87,20		Яблоко	196,4	19,64
34,988	15,928	84,82	630,57				70,60

МЕНЮ 1-4 классы (с 7 до 11 лет) ФБ на 8.11.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
14,57	16,64	8,78	242,73	281	Биточки рыбные паровые с соусом	75/30	25,97
2,50	7,76	19,00	155,85	128	Картофельное пюре с маслом	150/5	9,01
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	3,43
1,12	0,08	6,40	30,80	577	Свекла отварная	60	1,98
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано- пшеничный	1/30	1,41
0,95	0,71	24,41	107,84		Груша	237	42,66
1,92	9,32	20,2	172,36		Мягкая вафля	1/40	23,00
23,28	34,92	99,25	804,01				107,45

МЕНЮ обед 1-4 классы 2 смена ФБ на 8.11.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
6,84	9,17	8,97	143,53	102	Суп картофельный с горохом мясом птицы	25/250	15,11
14,57	16,64	8,78	242,73	281	Биточки рыбные паровые с соусом	75/30	25,97
2,50	7,76	19,00	155,85	128	Картофельное пюре с маслом	150/5	9,01
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	3,43
1,12	0,08	6,40	30,80	577	Свекла отварная	60	1,98
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
1,92	9,32	20,2	172,36		Мягкая вафля	1/40	23,00
31,531	43,629	99,06	912,362				81,53

МЕНЮ платно 5-11 классы, ЦСО 5-11 классы (с 12 лет и старше) на 8.11.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
14,57	16,64	8,78	242,73	281	Биточки рыбные паровые с соусом	75/30	25,97
3,35	11,56	25,36	218,82	128	Картофельное пюре с маслом	200/5	12,79
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	3,43
1,12	0,08	6,40	30,80	577	Свекла отварная	60	1,98
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано- пшеничный	1/30	1,41
0,95	0,71	24,54	108,43		Груша	238,3	42,90
0,82	7,11	11,9	114,2		Вафля Боярушка	1/38	20,00
23,033	36,51	97,44	809,402				108,48

Шеф-повар: _____ /Толстова И.В./