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

МЕНЮ завтрак 1-4 классы ЦСО на 10.11.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
14,11	19,99	1,92	243,99	211	Омлет с сыром	115	37,18
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	12,01
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,62
0,95	0,71	24,54	108,43		Груша	238,3	42,90
24,035	**28,396**	**91,22**	**716,568**				**98,91**

МЕНЮ 1-4 классы (с 7 до 11 лет) ФБ на 10.11.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
15,20	4,70	13,59	157,11	306	Биточки рубленные из мяса птицы с соусом	80/30	17,95
3,72	14,99	36,60	296,18	171	Рис отварной с маслом	150/10	14,38
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,39
0,44	0,08	2,24	11,44	133	Доп. гарнир: кукуруза сахарная консервированная отварная	20	5,50
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,41
0,72	0,72	17,64	79,92		Яблоко	180	18,00
2,16	10,4	20,8	185,44		Вафля Зебра	1/40	29,00
25,17	**31,25**	**136,27**	**926,60**				**89,63**

МЕНЮ обед 1-4 классы 2 смена ФБ на 10.11.2023 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	20,26
15,20	4,70	13,59	157,11	306	Биточки рубленные из мяса птицы с соусом	80/30	17,95
3,64	7,74	36,47	230,09	171	Рис отварной	150	9,76
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,39
0,44	0,08	2,24	11,44	133	Доп. гарнир: кукуруза сахарная консервированная отварная	20	5,50
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
2,16	10,4	20,8	185,44		Вафля Зебра	1/40	29,00
0,78	0,78	19,13	86,67		Яблоко	195,2	19,52
36,81	**36,48**	**169,75**	**1152,03**				**108,40**

МЕНЮ платно 5-11 классы, ЦСО 5-11 классы (с 12 лет и старше) на 10.11.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
15,20	4,70	13,59	157,11	306	Биточки рубленные из мяса птицы с соусом	80/30	17,95
4,62	15,11	45,69	337,18	171	Рис отварной с маслом	200/10	15,66
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,39
0,44	0,08	2,24	11,44	133	Доп. гарнир: : кукуруза сахарная консервированная отварная	20	5,50
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,41
0,80	0,80	19,71	89,29		Яблоко	201,1	20,11
23,989	**21,056**	**126,6**	**791,533**				**64,02**

Шеф-повар: _____/Толстова И.В./