

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

МЕНЮ завтрак 1-4 классы ЦСО на 14.11.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
32,51	17,43	40,15	447,46	231	Сырники из творога запеченные с джемом	150/20	44,84
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
0,82	7,11	11,9	114,2		Барни кекс	1/30	37,00
37,22	25,93	77,89	693,13				88,52

МЕНЮ 1-4 классы (с 7 до 11 лет) ФБ на 14.11.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
15,44	26,35	33,42	432,59	276	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	50/200	30,29
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,39
0,24	0,03	0,45	3,03		Доп. гарнир: Огурцы соленые	30	4,65
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,41
3,98	1,33	55,65	250,43		Банан	265	39,75
22,585	28,067	134,906	882,567				79,49

МЕНЮ обед 1-4 классы 2 смена ФБ на 14.11.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
7,86	7,15	17,39	163,08	83;121	Суп картофельный с мясными фрикадельками	25/250	14,22
15,44	26,35	33,42	432,59	276	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	50/200	30,29
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,39
0,24	0,03	0,45	3,03		Доп. гарнир: Огурцы соленые	30	4,65
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
3,712	4,72	0	57,328		Сыр порционно	16	7,12
32,54	38,86	111,89	925,21				62,70

МЕНЮ платно 5-11 классы, ЦСО 5-11 классы (с 12 лет и старше) на 14.11.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
15,44	26,35	33,42	432,59	276	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	50/200	30,29
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,39
0,24	0,03	0,45	3,03		Доп. гарнир: Огурцы соленые	30	4,65
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,41
3,77	1,26	52,73	237,29		Банан	251,1	37,67
22,38	28,00	131,99	869,43				77,41

Шеф-повар:  Толстова И.В./