

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

**МЕНЮ завтрак 1-4 классы ЦСО на 16.11.2023 года.**

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
6,81	6,61	21,70	173,50	93	Суп молочный с макаронами с маслом	10/250	17,88
3,84	2,86	13,19	93,86	379	Кофейный напиток с молоком	200	9,16
2,50	3,87	29,70	163,63	2	Бутерброд с джемом	30/5/20	10,60
4,76	4,04	0,24	56,36	209	Яйцо вареное	1 шт,	12,00
1,8	24,3	16,65	247,5		Батончик Графика	1/45	27,00
<b>19,71</b>	<b>41,68</b>	<b>81,47</b>	<b>734,85</b>				<b>76,63</b>

**МЕНЮ 1-4 классы (с 7 до 11 лет) ФБ на 16.11.2023 года.**

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
8,55	12,06	12,42	191,74	286, 348	Тефтели мясные с соусом из мяса говядины 1 категории	60/50	23,79
3,64	7,74	36,47	230,09	171	Рис отварной	150	9,76
0,00	0,00	20,00	80,00	399	Сок фруктовый	200	10,40
0,44	0,08	2,24	11,44	133	Доп. гарнир: Кукуруза сахарная консервирован, отварная	20	5,50
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,41
0,83	0,83	20,36	92,26		Яблоко	207,8	20,78
<b>15,442</b>	<b>21,0697</b>	<b>103,371</b>	<b>664,2147</b>				<b>71,64</b>

**МЕНЮ обед 1-4 классы 2 смена ФБ на 16.11.2023 года.**

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
8,26	2,80	16,45	121,78	84	Суп картофельный с рыбой-пикша	35/250	16,76
8,55	12,06	12,42	191,74	286; 348	Тефтели мясные с соусом из мяса говядины	60/50	23,79
3,64	7,74	36,47	230,09	171	Рис отварной	150	9,76
0,00	0,00	20,00	80,00	399	Сок фруктовый	200	10,40
0,44	0,08	2,24	11,44	133	Доп. гарнир: Кукуруза сахарная консервирован, 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
<b>25,224</b>	<b>23,289</b>	<b>114,707</b>	<b>766,398</b>				<b>69,24</b>

**МЕНЮ платно 5-11 классы, ЦСО 5-11 классы (с 12 лет и старше) на 16.11.2023 года.**

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
8,55	12,06	12,42	191,74	286, 348	Тефтели мясные с соусом из мяса говядины	60/50	23,79
4,54	7,86	45,56	271,09	171	Рис отварной	200	11,04
0,00	0,00	20,00	80,00	399	Сок фруктовый	200	10,40
0,44	0,08	2,24	11,44	133	Доп. гарнир: Кукуруза сахарная консервирован, отварная	20	5,50
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,41
0,80	0,80	19,60	88,80		Яблоко	200	20,00
<b>16,30</b>	<b>21,16</b>	<b>111,69</b>	<b>701,75</b>				<b>72,14</b>

Шеф-повар:  /Толстова И.В./