

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

МЕНЮ завтрак 1-4 классы ЦСО на 22.11.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
4,45	10,14	17,11	177,45	121	Суп молочный с рисовой крупой с маслом	250/10	14,12
0,11	0,04	17,54	70,94	378	Кисель из клюквы	200	12,76
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	1шт.	12,00
0,8	0,8	19,6	88,8		Яблоко	200	20,00
12,609	18,888	84,19	557,17				69,47

МЕНЮ 1-4 классы (с 7 до 11 лет) ФБ на 22.11.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
9,84	19,07	10,51	252,66	281	Биточки мясные паровые из свинины с соусом	80/30	18,82
5,29	4,19	32,81	190,07	202;309	Макароны отварные	150	4,67
2,45	0,15	31,53	137,25	348	Компот из кураги	200	8,11
0,76	1,51	3,93	32,40	320	Морковь отварная	60	3,28
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,41
0,82	7,11	11,9	114,2		Барни кекс	1/30	37,00
21,147	32,391	102,6	785,26				73,28

МЕНЮ обед 1-4 классы 2 смена ФБ на 22.11.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
7,52	9,98	11,34	162,98	82	Борщ со свежей капустой, с картофелем, мясом птицы со сметаной	10/25/250	18,73
9,84	19,07	10,51	252,66	281	Биточки мясные паровые из свинины с соусом	80/30	18,82
5,29	4,19	32,81	190,07	202;309	Макароны отварные	150	4,67
2,45	0,15	31,53	137,25	348	Компот из кураги	200	8,11
0,76	1,51	3,93	32,40	320	Морковь отварная	60	3,28
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
4,87	6,20	0,00	75,24		Сыр порционно	21	9,64
30,2	35,509	117,2	906,701				66,27

МЕНЮ платно 5-11 классы, ЦСО 5-11 классы (с 12 лет и старше) на 22.11.2023 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
9,84	19,07	10,51	252,66	281	Биточки мясные паровые из свинины с соусом	80/30	18,82
6,62	5,23	41,01	237,59	202;309	Макароны отварные	200	5,25
2,45	0,15	31,53	137,25	348	Компот из кураги	200	8,11
0,76	1,51	3,93	32,40	320	Морковь отварная	60	3,28
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,41
2,34	14,56	31,72	267,28		Мишкино лакомство	1/47	44,00
23,991	40,888	130,6	985,856				80,86

Шеф-повар:  /Толстова И.В./