

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



МЕНЮ завтрак 1-4 классы ЦСО на 16.01.2024 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
32,51	17,43	40,15	447,46	231	Сырники из творога запеченные с джемом	150/20	53,61
1,54	1,15	10,59	58,81	378	Чай с молоком	200	4,82
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
36,40	18,82	65,99	578,93				60,10

МЕНЮ 1-4 классы (с 7 до 11 лет) ФБ на 16.01.2024 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
15,44	26,35	33,42	432,59	276	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	50/200	36,34
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,23
0,24	0,03	0,45	3,03		Доп. гарнир: Огурцы соленые	30	5,12
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,44
3,59	1,20	50,31	226,37		Банан	239,55	43,12
22,2033	27,9398	129,562	858,5168				89,25

МЕНЮ обед 1-4 классы 2 смена ФБ на 16.01.2024 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
7,86	7,15	17,39	163,08	83;121	Суп картофельный с мясными фрикадельками	25/250	16,55
15,44	26,35	33,42	432,59	276	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	50/200	36,34
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,23
0,24	0,03	0,45	3,03		Доп. гарнир: Огурцы соленые	30	5,12
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,44
2,36	0,25	15,25	72,66		Хлеб пшеничный	1/31	1,67
0,03	3,10	0,06	28,22		Масло порционно	4,27	2,36
28,83	34,14	111,89	867,88				66,71

МЕНЮ платно 5-11 классы, ЦСО 5-11 классы (с 12 лет и старше) на 16.01.2024 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
15,44	26,35	33,42	432,59	276	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	50/200	36,34
0,95	0	33,51	137,84	639	Компот из сухофруктов	200	3,23
0,24	0,03	0,45	3,03		Доп. гарнир: Огурцы соленые	30	5,12
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,44
3,62	1,21	50,73	228,26		Банан	241,55	43,48
22,23	27,95	129,98	860,41				89,61

Шеф-повар: Толстова /Толстова И.В./