

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

МЕНЮ завтрак 1-4 классы ЦСО на 13.03.2024 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
16,43	10,78	29,71	281,60	392	Пельмени отварные с маслом	150/5	47,85
2,45	0,15	31,53	137,25	348	Компот из кураги	200	7,33
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1,44
1,83	0,46	17,18	80,17		Мандарин	229,05	50,40
22,69	11,75	90,30	557,70				107,02

МЕНЮ 1-4 классы (с 7 до 11 лет) ФБ на 13.03.2024 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
			171,84	82	Суп картофельный с макаронными изделиями, мясом птицы	250	15,78
8,34	7,18	19,03					
15,20	4,70	13,59	157,11	306	Биточки рубленые из мяса птицы с соусом	80/30	27,29
8,22	9,25	36,01	260,19	313	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,64
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	3,32
0,76	1,51	3,93	32,40	320	Морковь отварная	60	3,46
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
37,1029	23,3089	108,273	788,6287				62,61

МЕНЮ обед 1-4 классы 2 смена ФБ на 13.03.2024 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
15,20	4,70	13,59	157,11	306	Биточки рубленые из мяса птицы с соусом	80/30	27,29
8,22	9,25	36,01	260,19	313	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,64
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	3,32
0,76	1,51	3,93	32,40	320	Морковь отварная	60	3,46
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,44
1,17	7,28	15,86	133,64		Батончик Дет. Сувенир	1/38	18,00
27,5799	23,1594	89,853	677,7612				63,16

МЕНЮ платно 5-11 классы, ЦСО 5-11 классы (с 12 лет и старше) на 13.03.2024 года.

Б	Ж	У	Ккал	№ рец.		выход	
15,20	4,70	13,59	157,11	306	Биточки рубленые из мяса птицы с соусом	80/30	27,29
10,96	12,31	48,01	346,70	313	Каша гречневая рассыпчатая	200	12,84
0,24	0,05	8,58	35,75	377	Чай с лимоном	200/15/7	3,32
1,27	2,28	6,55	51,81	320	Морковь отварная	100	5,57
1,98	0,36	11,88	58,68		Хлеб ржано -пшеничный	1/30	1,44
29,66	19,71	88,62	650,04				50,46

Шеф-повар:  /Толстова И.В./