



Утверждаю:

Директор МОЛУ «Лицей № 1»

Н.А. Шарских

**Ежедневное меню для обучающихся**

**Дата:** 06 февраля 2025 г.  
**Сезон:** зимний период  
**Неделя:** первая  
**День:** 4 день примерного меню

**Завтрак**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Вареники с творогом п/ф	155	287,1
Кофейный напиток с молоком	200	94,0
Хлеб домашний подовый	45	56,20
Фрукт (яблоко)	150	106,0

**Завтрак федер.**


Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Вареники с творогом п/ф	155	287,1
Кофейный напиток с молоком	200	105,0
Хлеб домашний подовый	30	44,57
Фрукт (яблоко)	140	105,6

**Обед**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат «Прелесть»	100	142,5
Борщ с фасолью, картофелем со сметаной	255	99,51
Ежики мясные в соусе	130	244,5
Макароны отварные	180	304,6
Чай с сахаром и лимоном	200	26,80
Хлеб домашний подовый	50	56,20
Хлеб ржаной	40	68,50

**Завтрак-полдник**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Вареники с творогом п/ф	155	287,1
Кофейный напиток с молоком	200	105,0
Хлеб домашний подовый	30	44,57
Фрукт (яблоко)	140	105,6
Слойка «Свердловская»	50	188,7
Чай с сахаром	200	26,80

**Ответственный по питанию:**  
 **Е.А. Файзуллина**