

Утверждаю:

Директор МОАУ «Лицей № 1»

Н.А. Шарских

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 16 декабря 2024 г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 1 день примерного меню



Завтрак

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из белок. капусты	100	127,0
Макароны с сыром	225	374,0
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	45	68,0

Завтрак федер.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из белок. капусты	60	64,0
Макароны с сыром	215	358
Чай с сахаром	200	26,0
Хлеб домашний подовый	35	52,0

Обед

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из свеклы	100	76,0
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250	158,7
Плов из птицы	300	4830
Компот из свежих яблок	180	119,0
Хлеб домашний подовый	50	56,0
Хлеб ржаной	40	68,5

Завтрак-полдник

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из белок. капусты	60	64,0
Макароны с сыром	215	358
Чай с сахаром	200	26,0
Хлеб домашний подовый	35	52,0
Сдоба «Фигурная»	50	200
Чай с сахаром	200	26,8

Ответственный по питанию:

_____ Е.А. Файзуллина