

Утверждаю:

Директор МОАУ «Лицей № 1»  
Ж.А. Шарских

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 03 декабря 2024 г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 2 день примерного меню



Завтрак

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Горбуша тушеная в томате с овощами	100	207,2
Картофельное пюре	225	224,3
Кисель	200	60,0
Хлеб домашний подовый	45	56,2

Завтрак федер.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Котлета рыбная любительская с/с	120	188
Картофельное пюре	150	187,7
Кисель	200	60,0
Хлеб домашний подовый	40	61


Обед

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат «Мозайка»	100	100,0
Щи из свежей капусты со сметаной	255	89,0
Оладьи из печени в соусе	100	204,0
Каша гречневая вязкая	180	264,6
Напиток апельсиновый	200	55,1
Хлеб домашний подовый	50	56,2
Хлеб ржаной	40	68,5

Завтрак-полдник

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Котлета рыбная любительская с/с	120	188
Картофельное пюре	150	187,7
Кисель	200	60,0
Хлеб домашний подовый	40	61
Булка «Оренбургская»	50	193,5
Чай с сахаром	200	26,80

Ответственный по питанию:

 Е.А. Файзуллина