

Утверждаю:

Директор МОАУ «Лицей № 1»

Н.А. Шарских

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 10 декабря 2024г.

Сезон: осенний период

Неделя: первая

День: 2 день примерного меню



Завтрак, 84,23 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Курица тушеная с морковью	100	126,4
Каша гречневая вязкая	200	213,9
Чай с молоком и сахаром	200	51,0
Хлеб домашний подовый	50	56,2

Завтрак, 68-50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Курица тушеная с морковью	90	113,8
Каша гречневая вязкая	180	254,6
Кофейный напиток с молоком	200	105,0
Хлеб домашний подовый	40	52,0

Обед

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Винегрет	100	126,5
Щи из свежей капусты со сметаной	255	84,0
Горбуша тушеная с овощами в томате	120	207,2
Картофельное пюре	180	224,3
Компот из свежих яблок	200	61,2
Хлеб домашний подовый	50	56,2
Хлеб ржаной	40	68,5

Завтрак-полдник

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Курица тушеная с морковью	100	126,4
Каша гречневая вязкая	200	213,9
Чай с молоком и сахаром	200	51,0
Хлеб домашний подовый	50	56,2
Сдоба «Фигурная»	50	172,8
Чай с сахаром	200	26,8

Ответственный по питанию:

Е.А. Байзуллина