

Утверждаю:

Директор МОАУ «Лицей № 1»

Н.А. Шарских



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 11 декабря 2024г.

Сезон: осенний период

Неделя: первая

День: 3 день примерного меню

Завтрак

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Горячий бутерброд с сыром	60	137,3
Каша вязкая геркулесовая с маслом	255	277,7
Чай с лимоном и сахаром	200	51,0
Печенье	36	70,80

Завтрак 68-50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Горячий бутерброд с сыром	60	137,3
Каша вязкая геркулесовая с маслом	205	277,7
Чай с лимоном и сахаром	200	51,0
Печенье	36	70,80

Обед

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат «Студенческий»	100	76,0
Свекольник со сметаной	255	137,0
Тефтели из говядины в соусе	160	237,5
Рис припущенный	180	214,0
Напиток апельсиновый	200	61,0
Хлеб домашний подовый	50	68,01
Хлеб ржаной	40	42,8

Завтрак-полдник

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Горячий бутерброд с сыром	60	137,3
Каша вязкая геркулесовая с маслом	205	277,7
Чай с лимоном и сахаром	200	51,0
Печенье	36	70,80
Булка «Ванильная»	50	172,8
Чай с сахаром	200	26,80

Ответственный по питанию:

_____ Е.А. Файзуллина