

Утверждаю:

Директор МОАУ «Лицей № 1»

Н.А. Шарских

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 12 декабря 2024г.

Сезон: осенний период

Неделя: первая

День: 4 день примерного меню

Завтрак

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из моркови с сахаром	100	135,0
Омлет натуральный	200	295,0
Кисель плодово-ягодный	200	61,0
Хлеб домашний подовый	50	60,54

Завтрак 68-50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из моркови с сахаром	60	70,0
Омлет с отварным картофелем	200	299,0
Кисель плодово-ягодный	200	61,0
Хлеб домашний подовый	40	60,54

Обед 143 руб

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из свеклы с чесноком	100	121,6
Суп картофельный с вермишелью	250	119,0
Котлета «Московская» с соусом	130	208,8
Каша перловая рассыпчатая	180	187,1
Компот из смеси сухофруктов	200	93,6
Хлеб домашний подовый	50	68,01
Хлеб ржаной	40	42,8

Завтрак-полдник

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из моркови с сахаром	60	70,0
Омлет с отварным картофелем	200	299,0
Кисель плодово-ягодный	200	61,0
Хлеб домашний подовый	40	60,54
Плюшка «Оренбургская»	50	200,0
Компот из смеси сухофруктов	180	93,60

Ответственный по питанию:

_____ Е.А. Файзуллина