



Утверждаю:

Директор МОАУ «Лицей № 1»

Н.А. Шарских

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 28 января 2025г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 2 день примерного меню

Завтрак, 84,23 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Курица тушеная с морковью	120	152,0
Каша гречневая вязкая	200	282,9
Напиток кофейный с молоком	200	105,0
Хлеб домашний подовый	50	56,2

Завтрак, 69,21 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Курица тушеная с морковью	90	113,8
Каша гречневая вязкая	180	254,6
Напиток кофейный с молоком	200	105,0
Хлеб домашний подовый	35	52,0

Обед 143,0 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Винегрет	100	126,7
Суп картофельный с клецками	250	123,0
Горбуша тушеная с овощами в томате	120	207,2
Картофельное пюре	180	224,3
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	50	56,2
Хлеб ржаной	40	68,5

Завтрак-полдник

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Курица тушеная с морковью	90	113,8
Каша гречневая вязкая	180	254,6
Напиток кофейный с молоком	200	105,0
Хлеб домашний подовый	30	45,0
Сдоба «Фигурная»	50	172,8
Чай с сахаром	200	26,8

Ответственный по питанию:

Е.А. Файзуллина