

Утверждаю:
Директор МОАУ «Лицей № 1»
Н.А. Шарских

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 29 января 2025г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 3 день примерного меню

Завтрак 84,23 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Горячий бутерброд с сыром	60	137,3
Каша вязкая геркулесовая с маслом	255	344,8
Чай с лимоном и сахаром	200	51,0
Печенье	36	70,80

Завтрак 69,21 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Горячий бутерброд с сыром	60	137,3
Каша вязкая геркулесовая с маслом	205	277,2
Чай с лимоном и сахаром	200	51,0
Печенье	36	70,80

Обед 143,0 руб

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат «Студенческий»	100	100,4
Свекольник со сметаной	255	137,0
Тефтели из говядины в соусе	160	310,5
Рис припущенный	180	214,0
Напиток апельсиновый	200	61,0
Хлеб домашний подовый	50	56,20
Хлеб ржаной	40	68,5

Завтрак-полдник

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Горячий бутерброд с сыром	60	137,3
Каша вязкая геркулесовая с маслом	205	277,2
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