



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

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 13 января 2025г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 1 день примерного меню

Завтрак 84,23 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Вареники с картофелем п/ф	205	379,7
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Чай с сахаром	200	26,8
Фрукт (яблоко)	150	121,8

Завтрак 68-50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Вареники с картофелем п/ф	155	297
Хлеб домашний подовый	30	45,0
Чай с сахаром	200	26,8
Фрукт (яблоко)	120	106

Обед 143,0 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из белокочанной капусты	100	89,0
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	255	112,3
Биточки рубленые из птицы в соусе	120	212,9
Макароны отварные	180	284,6
Кисель плодово-ягодный	200	54,0
Хлеб домашний подовый	50	56,2
Хлеб ржаной	40	68,5

Завтрак-полдник

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Вареники с творогом п/ф	155	287
Хлеб домашний подовый	35	52,0
Чай с сахаром	200	26,8
Фрукт (яблоко)	120	106
Булочка «Дорожная»	50	193,5
Чай с сахаром	200	26,8

Ответственный по питанию:

Е.А. Файзуллина