

Утверждаю:

Директор МОАУ «Лицей № 1»

*М.А. Шарских*

**Ежедневное меню для обучающихся**

Дата: 14 января 2025г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 2 день примерного меню

**Завтрак 84,23 руб.**

<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорийность</b>
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 68-50 руб.**

<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорийность</b>
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

**Обед 143,0 руб.**

<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорийность</b>
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**

<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорийность</b>
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