

Утверждаю:

Директор МОАУ «Лицей № 1»

Н.А. Шарских

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 16 января 2025 г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 4 день примерного меню

Завтрак 84,23 руб

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из моркови с сахаром	100	165,0
Омлет с отварным картофелем	200	299,0
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	50	56,20

Завтрак 68-50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из моркови с сахаром	60	70,0
Омлет с отварным картофелем	200	299,0
Чай с сахаром	200	26,8
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	119,5
Котлета «Московская» с соусом	120	216,1
Гороховое пюре	180	234,0
Компот из смеси сухофруктов	200	104,0
Хлеб домашний подовый	50	56,20
Хлеб ржаной	40	68,5

Завтрак-полдник

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из моркови с сахаром	60	70,0
Омлет с отварным картофелем	200	299,0
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	40	60,54
Плошка «Оренбургская»	50	200,0
Компот из смеси сухофруктов	180	93,60

Ответственный по питанию:

Е.А. Файзуллина