

Меню

Для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее № 23
06. октября 2022 г ЧЕТВЕРГ

Наименование блюд выход ст-ть белки жиры углев.

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Салат "Прага"	100	6,5	12	1,8
Овощи натуральные свежие (огурцы)	75	0,53	0,1	1,43
Салат из белокачанной капусты	100	1,55	5,1	9,41

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Котлеты "Пожарские" с соусом томатным	80/20	11,55	11,2	8,52
Цыплята запечённые	100	26,7	24,5	1
Чахобили из куриных грудок	60/50	12,6	16,6	7

ГАРНИРЫ

Спагетти отварные(с маслом слив.)	180	6,77	5,4	43,14
Рис отварной	180	4,6	6,5	48

НАПИТКИ

Напиток из замороженной клюквы	200	0,12	0,03	11,6
Чай чёрный пакетированный с сахаром лимоном	200/8/5	0,05	0	8,13
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	25/20	2,77	0,4	21,1

73,00р.



Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📱 @depta.kzn



Меню

06. октября 2022 года

ЧЕТВЕРГ

Наименование продуктов	Выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
------------------------	-------	-------	-------	------	--------	------

Горячее бесплатное питание младшие

Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Каша вязкая молочная из рисовой и пшённой крупы с маслом	150/5		5,96	10,32	6,34	142
Блинчики со сгущённой	90/25		9,2	7,1	30	221
Компот из замороженной красной смородины	200		0,15	0,05	16,89	71
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
			18,04	18,82	80,41	569
		62,10р.				

ОБЕД

Щи из свеж.капусты с картофелем,с фрикадельками из птицы,со сметаной	250/22/5		5,6	9,7	9,8	149
Корж Яблочный	65		3,3	5,9	34	251
Напиток из шиповника	200		0,01	0	10,2	41
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,8	33
			9,66	15,75	60,55	474
		48,00р.				



Директор
Калькулятор
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

