

Меню

Для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее № 23
14 марта 2023 г ВТОРНИК

Наименование блюд выход ст-ть белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Салат из отварной свеклы с маслом раст.	100	1,43	6,09	8,36	94
Салат Столичный	80	5,3	12,9	5,4	159
Яйцо под соусом Переменка с з\горошком	48\10\5	6,5	11,3	1,1	132

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Рыба(филе) запеченная с сыром , соусом Переменка	70\5\5	17,5	10,6	2,7	175
Гуляш из говядины	50\50	15,2	17,7	2,84	231
Нагетсы куриные	5шт\80	16,3	19,7	2,82	250
Грудки куриные по-французски	200	18,9	32,2	18,78	441

ГАРНИРЫ

Макаронные изделия отварные (с м\р)	180	6,77	5,4	43,13	248
Рис отварной	180	4,6	6,5	48	269
сред.		5,41	6,2	30,22	200

НАПИТКИ

Чай пакетированный с сахаром	200\8	0	0	8	32
Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,08	0,1	11,9	49
сред.		0,04	0,04	9,95	41

Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	15\15	1,89	0,3	14,13	68
---	-------	------	-----	-------	----

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»