

# Меню

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

| Наименование блюд | выход | ст-ть | белки | жиры | углев. |
|-------------------|-------|-------|-------|------|--------|
|-------------------|-------|-------|-------|------|--------|

## ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

|                                      |    |      |      |      |
|--------------------------------------|----|------|------|------|
| Овощи натуральные свежие(помидоры)   | 60 | 0,42 | 0,1  | 1,14 |
| Салат "Столичный" с соусом Переменка | 80 | 5,3  | 12,9 | 5,4  |

## ВТОРЫЕ БЛЮДА

|                                        |        |      |      |     |
|----------------------------------------|--------|------|------|-----|
| Грудка куриная в томатном соусе        | 50/50  | 9,9  | 10,6 | 3,6 |
| Рыба(филе)запечённая с сыром,соусом    | 60/5/5 | 14,9 | 8,8  | 0,2 |
| Переменка                              |        |      |      |     |
| Шашлычок из куриных грудок(на шампуре) | 80     | 13,8 | 14   | 1   |

## ГАРНИРЫ

|                              |       |      |      |       |
|------------------------------|-------|------|------|-------|
| Каша гречневая вязкая        | 180   | 4,2  | 5,6  | 26,41 |
| Пюре картофельное            | 150   | 3,28 | 4,7  | 22,03 |
|                              | сред. | 5,45 | 7,10 | 37,77 |
| Чай пакетированный с сахаром | 200/8 |      |      | 8     |
| Кисель из концентрата смеси  | 200   | 0    | 0    | 13,1  |

|                                         |       |      |      |       |
|-----------------------------------------|-------|------|------|-------|
|                                         | сред. | 1,61 | 0,56 | 27,84 |
| Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с | 15/15 | 1,89 | 0,30 | 14,13 |

Итого с  
самост.блю

|        |    |       |       |       |
|--------|----|-------|-------|-------|
| дом-   | 73 | 41,54 | 24,72 | 117,7 |
| Итого- | 73 | 27,02 | 28,96 | 98,70 |

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

🌐 poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»