

Меню

20 сентября 2022 года

ВТОРНИК

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
Масло сливочное	10		0,08	7,25	0,08	66
Макаронные изделия отварные	180/5		11,82	6,47	19,58	184
с сыром ,маслом						
Компот из плодов сушёных(урюк)	200		1	0,08	30,56	128
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
						71
			18,05	19,95	87,2	605
		62,10р				

ОБЕД

Борщ с капустой, картофелем, фрикадельками из птицы со сметаной	250/22/5		5,6	9,1	12,7	156
Маффин лимонны	50		3,2	10,4	29,8	211
Компот из свежих плодов(яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
Хлеб ржано-пшеничный	30		1,5	0,3	13,5	66
			10,38	19,88	67,9	482
		48,00р				

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn



Меню

Для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее № 23
20 сентября 2022 г ВТОРНИК

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

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76
Салат из свежих помидоров(с луком)	100		1,05	6,18	3,61
Салат "Успех"(огурцы,свежие,яйцо, сыр,соус Переменка0	80		3,6	6,032	1,44

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Рыба (филе) по-итальянски с сыром	75/5		13,8	8,2	3
Бифштекс рубленый по-домашнему, помидора св-д	90/70		13,7	13,4	8,9
Шашлычок из куриных грудок(на шампуре)	90		13,9	17,9	1,4

ГАРНИРЫ

Рис отварной	180		4,6	6,5	48
Макронные изделия отварные с маслом	180/3		6,8	7,5	43,16

НАПИТКИ

Чай пакетированный с сахаром, урюком	200/8/10		0,5	0	13,28
Напиток из шиповника	200		0,01	0,1	10,2
Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный 1 с	20/15		1,89	0,3	14,13

73,00р.

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



@depta.kzn

