

Меню

Для учащихся с 11 лет и старше в столовой при лицее № 23
27 марта 2023 г. ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование блюд выход ст-ть белки жиры углев. ККАЛ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)

Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат из квашенной капусты(без лука)	100	1,6	5,1	8,24	88
Салат из фасоли, кукурузы с сыром, сухариками с масл. раст.	70	4,85	9,8	7,28	137
сред.		2,11	7,42	9,6	115

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Ежики мясные с рисом в соусе томатном	60\40	9,57	10,4	9,23	169
Рыба(филе)по-Московски	70\20	18	13,8	2	204
Грудки куриные запеченные с сыром	75\5	19	18,1	0,3	241
Голень куриная запеченная в слив.маринаде	90	22,7	33	38,7	519
Лазанья с мясом	200	22,9	30	38,7	519

ГАРНИРЫ

Спагетти отварные (с м\р)	180	6,72	6,1	43,1	254
---------------------------	-----	------	-----	------	-----

сред. 4,62 5,9 31,22 197

НАПИТКИ

Чай черный пакетированный с сахаром	200\8	0	0	8	32
Компот из замороженной компотной смеси	200	0,14	0	11,2	46
сред.		0,07	0,01	9,6	39

Хлеб ржано-пшеничный / хлеб пшеничный 1с	20\15	2,14	0,3	16,38	79
--	-------	------	-----	-------	----

Итого- 73,00 р

Директор
Калькулятор
Зав. производством



8(800)234-33-88



poelidovolen.ru



АО «Департамент продовольствия и социального питания г. Казани»