

МАОУ «Лицей- интернат №2»

Меню 17.11.2023

Наименование блюд	Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			белки	жиры	угл-ды	Ккал
	ЗАВТРАК					
Каша пшеничная молочная с маслом		250/7	5,89	9,20	55,20	327,16
Омлет натуральный		60/3	5,30	8,00	1,00	97,20
Какао с молоком		200	3,60	2,70	13,80	93,90
Бутерброд с сыром		50/15	7,10	4,00	22,00	152,40
Итого:		585	21,89	23,90	92,00	670,66
	ОБЕД					
Зеленый горошек порционно		50	1,24	0,10	14,14	62,42
Рассольник на м/б, со сметаной		250/5	5,70	10,60	15,80	181,40
Картофельное пюре		100/100	19,00	19,00	40,00	407,00
Рыба под овощами						
Напиток из яблок	ЗАВТРАК	200	0,20	0,10	15,20	62,50
Хлеб пшеничный		30	2,40	0,30	14,70	71,10
Хлеб сельский		80	4,00	0,80	38,40	176,80
Итого:		815	32,54	30,90	138,24	961,22
	ПОЛДНИК					
Яблоко		150	0,6	0,45	15,5	68,45
Ватрушка с сыром		50	12,80	12,40	18,00	234,80
Чай с сахаром, лимоном		200	0,3	0,3	26,4	109,50
Итого:		400	13,70	13,15	59,90	412,75
	УЖИН					
Огурцы соленые		100	0,75	6,02	2,35	66,58
Плов из птицы		250,00	10,50	12,20	24,00	247,80
Сок		200/10/7	0,2	0,04	10,2	41,96
Хлеб сельский		40	2,00	0,40	19,20	88,40
Хлеб пшеничный		50	4,00	0,50	24,50	118,50
Итого:		657	17,45	19,16	80,25	563,24
	2 ужин	815	32,54	30,90	138,24	961,22
Ряженка		200	4,70	5,00	19,00	139,80
Итого:		200	4,70	5,00	19,00	139,80
ВСЕГО:		2657	90,28	92,11	389,39	2747,67

Директор

Зав. столовой



400 13,70 13,15 59,90 412,75

250,00 10,50 12,20 24,00 247,80

50 4,00 0,50 24,50 118,50

2 ужин