МАОУ «Лицей- интернат №2»
Меню 07.12.2022

Наименование блюд	Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			белки	жиры	угл-ды	Ккал
	ЗАВТРАК					
Каша рисовая молочная с маслом		250/7	9,20	7,50	56,00	328,30
Яйцо вареное		1шт	6,00	5,40	0,34	73,96
Чай с молоком,сахаром		200/10	1,60	1,80	12,40	72,20
Бутерброд с маслом сливочным		50/10	4,00	8,30	24,00	187,00
Итого:		575	20,80	23,00	92,74	661,46
	ОБЕД					
Огурцы соленые порционно		100	0,96	6,07	3,65	73,07
Свекольник со сметаной на м/б		250/5	4,00	5,00	7,00	89,00
Гуляш из отварной говядины		80/45	10,40	14,80	5,20	195,60
Каша гречневая вязкая		180/5	10,10	6,30	41,70	263,90
Компот из сухофруктов		200	1,00	0,05	27,50	114,45
Хлеб пшеничный		30	2,40	0,30	14,70	71,10
Хлеб сельский		80	4,00	0,80	38,40	176,80
Итого:		975	32,86	33,32	138,15	983,92
	ПОЛДНИК					
Мандарин		150	0,6	0,6	14,7	66,60
Чай с сахаром, лимоном		200	5,8	5	18	140,20
Печенье		1шт	7,00	8,00	22,00	188,00
Итого:		400	13,40	13,60	54,70	394,80
	УЖИН					
Морковь с сахаром		100	1,30	0,08	8,40	39,52
Плов из отварной говядины		200	17,00	17,50	32	353,5
Напиток из плодов шиповника		200	0,60	0,30	12,00	53,10
Хлеб сельский		40	2,00	0,40	19,20	88,40
Хлеб пшеничный		50	4,00	0,50	24,50	118,50
Итого:		645	24,90	18,78	96,10	653,02
	2 ужин					
Молоко кипяченное		200	4,70	5,00	19,00	139,80
Итого:		200	4,70	5,00	19,00	139,80
ВСЕГО:		2795	95,06	101,7	394,69	2874,6

Директор_____

Зав. столовой_____