



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ «Лицей»  В.Е.Олейникова



УТВЕРЖДАЮ

 Буйнова З.Ю.



Меню

6,5-10 лет

Школа

МБОУ "Лицей"

Отд./корп


День

10.07.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-------------|----------------------------|----------|-----------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | б/н | Спагетти с сыром | 150 | 36,6 2 | 285 | 10 | 187 | 15 |
| | хлеб | б/н | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 3,33 | 80 | 7 | 1 | 29 |
| | гор.напиток | 713 | Чай с сахаром | 200 | 3,50 | 74 | 2 | 1 | 16 |
| | фрукт | б/н | Яблоко | 120 | 28,0 8 | 101 | 0 | 0 | 15 |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 44 | Помидор свежий (порция) | 30 | 10,4 0 | 7 | 0 | 0 | 1 |
| | гор.блюдо | 160 | Суп гречневый с тушенкой | 200 | 21,6 5 | 111 | 4 | 3 | 2 |
| | гарнир | T7 | Каша рисовая рассыпчатая | 80 | 7,58 | 124 | 2 | 3 | 21 |
| | гор.блюдо | б/н,55 8 | Оладьи печеночные с соусом | 130 | 41,6 6 | 212 | 4 | 14 | 8 |
| | хлеб | б/н | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 6,66 | 160 | 14 | 1 | 59 |
| | гор.напиток | 713 | Чай с сахаром | 200 | 3,50 | 56 | 0 | 0 | 14 |


Повар

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ «Лицей»  В.Е.Олейникова



УТВЕРЖДАЮ

 Буйнова З.Ю.



Меню

11-15 лет

Школа

МБОУ "Лицей"

Отд./корп

День

10.07.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|----------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | б/н | Спагетти с сыром | 150 | 36,62 | 285 | 10 | 187 | 15 |
| | хлеб | б/н | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 3,33 | 80 | 7 | 1 | 29 |
| | гор.напиток | 714 | Чай с лимоном | 250 | 8,35 | 106 | 2 | 1 | 20 |
| | фрукт | б/н | Яблоко | 120 | 28,08 | 101 | 0 | 0 | 15 |
| Обед | закуска | 44 | Помидор свежий (порция) | 30 | 10,40 | 7 | 0 | 0 | 1 |
| | гор.блюдо | 160 | Суп гречневый с тушенкой | 250 | 32,76 | 191 | 3 | 5 | 2 |
| | гарнир | Г7 | Каша рисовая рассыпчатая | 80 | 7,58 | 124 | 2 | 3 | 21 |
| | гор.блюдо | б/н,558 | Оладьи печеночные с соусом | 130 | 41,66 | 212 | 4 | 14 | 8 |
| | хлеб | б/н | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 6,66 | 160 | 14 | 1 | 59 |
| | гор.напиток | 714 | Чай с лимоном | 250 | 8,35 | 106 | 2 | 1 | 20 |
| | | | | | | | | | |

Повар