

МЕНЮ
на 20 октября 2020 года
для лицея № 13

(1 — 4 класс)

«Приятного аппетита!»

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
ЗАВТРАК (1 смена)							
224/17	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	150/30	15,62	14,8	49,07	392,1	49-86
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,0	58,0	1-93
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	50	4,25	0,8	27,1	<u>134,2</u>	<u>2-38</u>
						584,3	54-17
ОБЕД (2 смена)							
140/04	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,64	7,36	16,8	96,0	6-48
Утв.	Котлета рубленая филе из птицы	100	15,2	13,6	13,5	238,0	40-19
310/17	Картофель отварной	150	3,5	4,5	23,7	253,06	11-25
321/17	Капуста тушеная	60	2,04	3,6	7,8	77,0	3-65
349/17	Компот из сухофруктов	200	0,4		30,4	142,0	3-17
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	58	4,95	0,99	31,55	155,7	2-74
338/17	Банан	90	0,5	-	6,6	<u>27,9</u>	<u>11-52</u>
						989,66	79-00

(5 — 11 класс)

Рецеп.	Наименование блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность ккал	Цена, руб. коп.
Комплекс							
451/04	Шницель руб. с соусом (75/50)	125	10,95	12,4	18,05	227,0	45-05
303/17	Каша гречневая вязкая	180	5,4	8,1	26,8	205,2	8-82
321/17	Капуста тушеная	75	2,0	3,4	8,0	70,5	4-56
686/04	Чай с лимоном	200/7	0,3		15,2	60,0	4-23
ТУ произв.	Хлеб пшеничный	88	7,52	1,5	47,87	236,2	4-21
338/17	Банан	75	0,4	-	5,5	<u>23,25</u>	<u>9-60</u>
						822,15	76-47

Директор
Зав. производством
Калькулятор



М.Ф. Марченко
И.В. Федотова
Л.В. Синцова