

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ Лицей №23

С.С. Гоман

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Штум"

А.А. Штукарь



Меню

на

9.04.

Возрастная категория:

Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
День 7							
Завтрак	Поджаренная из отварной кукурузы	30	0,65	0,71	3,27	22,32	133
	Биточки из курицы	90	19,73	7,06	13,82	181,69	294
	Рис отварной с маслом	150	3,45	5,90	35,40	208,56	171
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,14	0,00	8,49	34,49	377
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	50	8,31	11,47	3,54	150,49	б/н/50
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		527	32,28	25,14	64,52	597,55	
2 вариант Завтрака	Каша молочная пшеничная с маслом	200	7,98	10,00	49,18	316,7	173
	Манник со сгущенным молоком	115	7,81	9,68	60,36	357,25	б/н
	Чай с шиповником	200	0,82	0,00	10,92	47,4	376
ИТОГО ЗА 2 ВАРИАНТ ЗАВТРАКА		515	16,61	19,68	120,46	721,35	
ОБЕД	Салат Мозайка	40	1,47	2,54	5,99	52,38	94К
	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной (перловка)	200	6,16	9,24	14,04	165,44	96
	Шницель натуральный рубленый с томатным соусом	110	20,58	17,81	12,16	289,06	267гп/36
	Макаронные изделия отварные	150	5,93	1,11	36,54	179,55	202
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	388
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	30	2,40	0,60	16,50	81	б/н**/30
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,88	0,44	19,00	91,2	б/н**
	ИТОГО ЗА ОБЕД		770	40,10	32,02	124,99	946,83
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1297	72,38	57,16	189,51	1544,38	

Стоимость питания за родительскую плату

1-4класс	
	комплекс с первым блюдом 100р
	комплекс без первого 90р

СОГЛАСОВАНО

Директор MAOY Лицей №23

С.С. Гоман



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Штум"

А.А. Штукарь



Меню

на

9.09.

Возрастная категория:

Школьники (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев. оды		
День 7							
Завтрак	Подгарнировка из отварной кукурузы	50	1,09	1,18	5,45	37,21	133
	Биточки из курицы	100	21,92	7,84	15,36	201,88	294
	Рис отварной с маслом	180	4,14	7,07	42,48	250,27	171
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,14	0,00	8,49	34,49	377
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	60	9,97	13,76	4,25	180,58	б/н/50
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		597	37,26	29,85	76,03	704,43	
ОБЕД	Салат Мозайка	50	1,84	3,17	7,49	65,48	94К
	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной (перловка)	250	7,70	11,55	17,55	206,8	96
	Шницель натуральный рубленый с томатным соусом	110	20,58	17,81	12,16	289,06	267гп/363
	Макаронные изделия отварные	180	7,11	1,33	43,85	215,46	202
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	388
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	40	3,20	0,80	22,00	108	б/н**/30
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,60	0,55	23,75	114	б/н**
ИТОГО ЗА ОБЕД		880	44,71	35,49	147,56	1087	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1477	81,97	65,34	223,59	1791,43	

Стоимость питания за родительскую плату

5-11класс	комплекс с первым блюдом 110р
	комплекс без первого 100р