

меню (12 лет и старше БП, РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
100	Котлета кур в сырной панировке <small>куры-филе, яйцо, сыр твердый (типа российский), сухари панирон., масло растительное, мука в.с, соль водированная, зелень сушая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-230, Б-24, Ж-12, У-4	94-00
180	Макарони отварные (ракушки) <small>макарони (ракушки), масло сливочное 72,5%, соль водированная</small>	ККАЛ-119, Б-6, Ж-5, У-42	18-00
200	Компот из сухофруктов <small>сахар-песок, сухофрукты, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, У-16	8-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак			129-00
обед			
15	Помидор свежий с маслом растительным, зеленью <small>помидоры свежие, масло растительное, соль водированная, зелень сушая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-10, Ж-1, У-1	9-00
60/50	Гуляши мясной <small>свинина мясная нежирная п.ф, лук репчат., томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в.с, соль водированная</small>	ККАЛ-313, Б-13, Ж-21, У-6	80-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль водированная</small>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	18-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар-песок</small>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	12-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	7-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-61, Б-2, У-12	3-00
Итого за обед			129-00
Итого за день			258-00

Директор
Лицей №2

Кулешова Ю.М.

ИП Подкова

Подкова И.Е.

Калькулятор



меню (ДИ, ОВ312 и старше)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
200	Каша ячневая молочная с маслом <small>ячм., молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль водированная</small>	ККАЛ-270, Б-7, Ж-10, У-37	26-00
200	Компот из сухофруктов <small>сахар-песок, сухофрукты, лимонная кислота</small>	ККАЛ-67, У-16	8-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	5-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак			42-00
обед			
220	Суп с крупной и фрикадельками <small>картофель св. говядина п.ф, лук репчат., рис, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, яйцо, соль водированная, зелень сушая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-123, Б-6, Ж-5, У-14	38-00
60/50	Гуляши мясной <small>свинина мясная нежирная п.ф, лук репчат., томат-паста, масло сливочное 72,5%, мука в.с, соль водированная</small>	ККАЛ-313, Б-13, Ж-21, У-6	80-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль водированная</small>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	18-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	5-00
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	6-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-61, Б-2, У-12	3-00
Итого за обед			150-00
Итого за день			192-00

Директор
Лицей №2

Кулешова Ю.М.

ИП Подкова

Подкова И.Е.

Калькулятор

