Лицей №1(28)

Меню для общеобразовательных школ
на 09/12 2022 год.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Общепит-2»
Макешина И.В.

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «Лицей №1»
Л.Ягаева

Рацион фенилкетонурия

Обед	цена	выход	белки	жиры	углев	Кка.
Салат из свеклы с м/р		100	1,25	8	6,75	102,
Щи из св.капусты с томатом, со сметаной		250/10	1,7	5,6	8,4	91
Картофель тушеный		150	3,22	9,39	22,59	190,1
Фруктовая пастила		30	0,09		14,28	57
Кисель плодово-ягодный из концентрата		200			20	76
	137-66	**740**	**6,26**	**22,99**	**72,02**	**516,6**

Рацион пищевая аллергия

Обед	цена	выход	белки	жиры	углев	Кка.
Макароны отварные с м/сл		160	6	4,8	38,3	220,
Тефтели из говядины с томатным соусом		60/40	7,9	13	10	189
Чай с лимоном и сахаром		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
Итого завтрак:	**59-76**	**510**	**18,2**	**18,54**	**85**	**579,**
Доп.питание						
Фрукты	**16-00**	**шт**	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47**

Рацион пищевая аллергия

Обед	цена	выход	белки	жиры	углев	Кка.
Щи из св.капусты с томатом, сметаной		230/5	1,5	4,7	7,6	78,8
Фрикадельки мясные с томатным соусом		60/40	8,2	7,9	7	132,
Макароны отварные с маслом		120	4,2	3,4	29,6	168,
Чай с сахаром		200			10	39,9
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		25	2	0,35	13,3	64,5
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		25	2	1	17,2	80,6
	75-76	**705**	**17,8**	**17,35**	**84,7**	**564,**

Бухгалтер: **Повар-бригадир:**

Лицей №1(28)

Меню для общеобразовательных школ
на 09/12 2022 год

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Общепит-2»
Макешина И. В.

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «Лицей №1»
Л.Ласева

Рацион : 7-11 лет

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак						
Макароны отварные с м/сл		160	6	4,8	38,3	220,1
Тефтели из говядины с томатным соусом		60/40	7,9	13	10	189
Чай с лимоном и сахаром		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
Итого завтрак:	**59-76**	**510**	**18,2**	**18,54**	**85**	**579,1**
Доп.питание						
Кисломолочный продукт для детского питания	**16-00**	**100**	**3,2**	**3,2**	**4,5**	**62**

Рацион: 12 лет и старше (родительская плата)

Обед	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Щи из св. капусты со сметаной		230/5	1,5	4,7	7,6	78,8
Котлеты куриные с томатным соусом		60/30	9,4	12,1	11,7	195,2
Каша гречневая вязкая с м/сл		120	3,8	4	16,6	117,1
Кисель плодово-ягодный из концентрата		200			20	76
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		65	5,3	0,9	34,5	167,7
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		40	3,2	0,4	19,3	90,8
Итого:	**67-12**	**750**	**23,2**	**22,1**	**109,7**	**725,6**

ММС 5-11 классы

Завтрак	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Макароны отварные с м/сл		200	7,5	6	47,8	275,1
Тефтели из говядины с томатным соусом		60/40	7,9	13	10	189
Чай с лимоном и сахаром		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
Итого:	**67-21**	**550**	**19,7**	**19,74**	**94,5**	**634,1**

Бухгалтер :

Повар-бр-р :

Лицей № 1(28)

Меню для общеобразовательных школ
на 09/12 2022 год

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Общепит-2»
Макешина И.В.

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «Лицей №1»
Л.Ачаева

Льготное двухразовое (ОВЗ)

Рацион: 7-11 лет

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак						
Макароны отварные с м/сл		160	6	4,8	38,3	220,1
Тефтели из говядины с томатным соусом		60/40	7,9	13	10	189
Чай с лимоном и сахаром		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
Итого завтрак:		**510**	**18,2**	**18,54**	**85**	**579,1**
Обед						
Щи из св. капусты со сметаной		230/5	1,5	4,7	7,6	78,8
Котлеты куриные с томатным соусом		60/30	9,4	12,1	11,7	195,2
Каша гречневая вязкая с м/сл		120	3,8	4	16,6	117,1
Кисель плодово-ягодный из концентрата		200			20	76
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		65	5,3	0,9	34,5	167,7
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		40	3,2	0,4	19,3	90,8
Итого:		**750**	**23,2**	**22,1**	**109,7**	**725,6**
Итого за день:	**121-66**	**1260**	**41,4**	**40,64**	**194,7**	**1304,7**
Доп.питание						
Кисломолочный продукт для детского питания	**16-00**	**100**	**3,2**	**3,2**	**4,5**	**62**

Рацион : с 12 лет и старше

Завтрак	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Макароны отварные с м/сл		200	7,5	6	47,8	275,1
Тефтели из говядины с томатным соусом		60/40	7,9	13	10	189
Чай с лимоном и сахаром		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
Итого:		550	**19,7**	**19,74**	**94,5**	**634,1**
Обед						
Щи из св. капусты со сметаной		250/5	1,7	5,1	8,2	84,9
Котлеты куриные с томатным соусом		60/30	9,4	12,1	11,7	195,2
Каша гречневая вязкая с м/сл		130	4,1	4,3	18	127,1
Кисель плодово-ягодный из концентрата		200			20	76
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		70	5,7	1	37,2	180,6
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		50	4	0,5	24,1	113,5
Итого		**795**	**24,9**	**23**	**119,2**	**777,3**
Итого за день:	**141-36**	**1345**	**44,6**	**42,74**	**213,7**	**1411,4**

Бухгалтер :

Повар-бр-р :