

Утверждаю  
Директор лицея  
И. Т. Сидорова



**Меню на 22.03.2022 МБОУ лицей № 2 г. Дюртюли**

**Общие**

| Блюдо                 | № рец. | Выход,<br>г | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|-----------------------|--------|-------------|--------------|-------|-------|----------|
| Каша рисовая с маслом |        | 150/5       | 214,08       | 14,97 | 16,15 | 1,97     |
| Сыр (порциями)        | 27,01  | 10          | 35           | 2,63  | 2,66  |          |
| Чай с сахаром         | 283    | 200         | 39,9         | 3,2   | 0,4   | 22       |
| Хлеб пшеничный        | 1,1    | 40          | 104          | 3,2   | 0,4   | 4,5      |

**Завтрак**

**Начальные классы, Многодетные, ОВЗ и инвалиды**

| Блюдо                        | № рец. | Выход,<br>г | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------------------------|--------|-------------|--------------|-------|-------|----------|
| Котлеты из говядины с соусом | 506,25 | 65/30       | 178,98       | 9,87  | 11,87 | 8,34     |
| Каша гречневая с маслом      | 175,11 | 150/5       | 148,55       | 4,77  | 4,86  | 21,48    |
| Чай с сахаром                | 283    | 200         | 39,9         |       |       | 9,98     |
| Хлеб пшеничный               | 1,1    | 40          | 104          | 3,2   | 0,4   | 4,5      |
| Кисломолочный продукт        | 476,01 | 100         | 62           | 3,2   | 3,2   | 4,5      |

**Обед**

**Начальные классы, ОВЗ и инвалиды**

| Блюдо                | № рец.     | Выход,<br>г | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|----------------------|------------|-------------|--------------|-------|-------|----------|
| Суп- лапша           | 66,63      | 200         | 97,08        | 2,22  | 4,23  | 12,49    |
| Жаркое по-домашнему  | 97,64      | 180         | 257,88       | 11,56 | 14,11 | 21,08    |
| Чай с сахаром        | 283        | 200         | 39,9         |       |       | 9,98     |
| Хлеб ржано-пшеничный | 421,1<br>1 | 40          | 88           | 3,2   | 0,4   | 18,4     |
| Кондитерские изделия |            | 50          | 540          | 2,2   | 30,0  | 61,0     |