



И. Т. Сидорова

**Меню на 19.05.2023 МБОУ лицей № 2 г. Дюртюли**

**Общие**

| Блюдо                             | № рец. | Выход,<br>г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------------------------|--------|-------------|--------------|-------|------|----------|
| Каша ячневая<br>молочная с маслом | 78,03  | 150/5       | 183,9        | 4,5   | 6,7  | 25,3     |
| Чай с лимоном и с<br>сахаром      | 285    | 200         | 42,28        | 0,06  | 0,01 | 10,19    |
| Хлеб пшеничный                    | 1,1    | 40          | 104          | 3,2   | 0,4  | 4,5      |

**Завтрак**

**Начальные классы (7лет -1 классы)**

| Блюдо                                       | №<br>рец. | Выход,<br>г | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|---------------------------------------------|-----------|-------------|-------|------|----------|--------------|
| Каша рисовая<br>молочная вязкая с<br>маслом | 181,39    | 150/5       | 4,6   | 9,96 | 32,25    | 237,47       |
| Чай<br>витаминизированный                   | 282,11    | 200         | 0     | 0    | 9,7      | 39           |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный                    | 421,11    | 55          | 88    | 3,2  | 0,4      | 18,4         |
| Сыр (порциями)                              | 27,01     | 30          | 7,89  | 7,98 | 0        | 105          |
| Фрукт (в<br>ассортименте)                   | 38        | 100         | 47    | 0,4  | 0,4      | 9,8          |

**Обед**

**Начальные классы, ОВЗ и инвалиды**

| Блюдо                                      | № рец. | Выход<br>, г | Белки | Жир<br>ы | Углеводы | Калорийност<br>ь |
|--------------------------------------------|--------|--------------|-------|----------|----------|------------------|
| Салат из свеклы с<br>яблоками              | 25,09  | 60           | 0,68  | 3,11     | 5,95     | 54,96            |
| Рассольник<br>ленинградский со<br>сметаной | 54,47  | 200/5        | 2,09  | 5,01     | 13,9     | 109,77           |
| Картофельное пюре                          | 227,7  | 150          | 117   | 3,5      | 4,8      | 14,7             |
| Чай с сахаром                              | 283    | 200          | 39,9  | 0        | 0        | 9,98             |
| Хлеб ржано-пшеничный                       | 421,11 | 55           | 88    | 3,2      | 0,4      | 18,4             |
| Котлеты куриные с<br>томатным соусом       | 8      | 60/30        | 106,8 | 8,1      | 4,62     | 8,22             |
| Кондитерское изделие (в<br>ассортименте)   | 1      | 30           | 171   | 1,5      | 11,1     | 16,2             |