



Утверждаю
Директор лицея
И. Т. Сидорова

Меню на 21.09.2021 МБОУ лицей № 2 г. Дортюли

Общие

| Блюдо | № рец. | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------------------------|--------|----------|--------------|-------|------|----------|
| Каша гречневая вязкая с маслом | 175,11 | 150/5 | 148,55 | 4,77 | 4,86 | 21,48 |
| Чай с сахаром | 282,11 | 200 | 39 | | | 9,98 |
| Хлеб пшеничный | 420,06 | 55 | 130 | 5 | 0,5 | 27,5 |
| Кондитерские изделия | | 35 | 165 | 2,1 | 5,4 | 3,5 |

Начальные классы и Многодетные – малообеспеченные

| Блюдо | № рец. | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------------------------|--------|----------|--------------|-------|-------|----------|
| Котлеты из говядины с соусом | 506,25 | 65/30 | 178,98 | 9,87 | 11,79 | 8,34 |
| Каша гречневая вязкая с маслом | 175,11 | 150/5 | 148,55 | 4,77 | 4,86 | 21,48 |
| Чай с сахаром | 283,00 | 200 | 39,9 | | | 9,98 |
| Хлеб пшеничный | 420,06 | 40 | 104 | 3,2 | 0,4 | 22 |
| Кисломолочный продукт | 476,01 | 100 | 62 | 3,2 | 3,2 | 4,5 |
| Кондитерские изделия | | 35 | 165 | 2,1 | 5,4 | 3,5 |

ОВЗ и инвалиды

Завтрак

| Блюдо | № рец. | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------------------------|--------|----------|--------------|-------|-------|----------|
| Котлеты из говядины с соусом | 506,25 | 65/30 | 178,98 | 9,87 | 11,79 | 8,34 |
| Каша гречневая вязкая с маслом | 175,11 | 150/5 | 148,55 | 4,77 | 4,86 | 21,48 |
| Чай с сахаром | 283,00 | 200 | 39,9 | | | 9,98 |
| Хлеб пшеничный | 420,06 | 40 | 104 | 3,2 | 0,4 | 22 |
| Кисломолочный продукт | 476,01 | 100 | 62 | 3,2 | 3,2 | 4,5 |
| Кондитерские изделия | | 35 | 165 | 2,1 | 5,4 | 3,5 |

Обед

| | | | | | | |
|---------------------------------------|--------|-----|--------|-------|-------|-------|
| Салат из свеклы с растительным маслом | 25,23 | 60 | 76,37 | 1,12 | 5,07 | 6,58 |
| 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 пшеничный | 420,06 | 50 | 130 | 4 | 0,5 | 27,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 421,11 | 40 | 88 | 2,14 | 5,76 | 11,48 |