



Утверждаю
Директор лицея
И. Т. Сидорова

Меню на 8.04.2021 МБОУ лицей № 2, г. Дарын

Общие

Блюдо	№ рец.	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша гречневая вязкая с соусом	302	150/5	148,55	3,79	6,54	38,96
Чай с сахаром	283	200	39,9			9,98
Хлеб пшеничный	420,05	40	104	0,08	7,25	0,13
Сыр (порциями)	27,01	10	35	2,63	2,66	

Завтрак

Начальные классы, Многодетные, ОВЗ и инвалиды

Блюдо	№ рец.	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша рисовая молочная вязкая с маслом	181,39	150/5	237,47	4,6	9,96	32,25
Какао с молоком	283	200	135,0	3,6	3,6	22,80
Хлеб пшеничный	420,02	40	104	3,2	0,4	22
Сыр (порциями)	27,01	10	35	2,63	2,66	
Кондитерские изделия		35	62	3,2	3,2	4,5

Обед

Начальные классы, ОВЗ и инвалиды

Блюдо	№ рец.	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Рассольник ленинградский со сметаной	54,47	200/10	109,77	2,09	5,01	13,9
Рагу овощное с отварным мясом	118,08	160	237,8	12,96	15,24	12,02
Чай с сахаром	283	200	39,9			9,98
Кондитерские изделия		35	62	3,2	3,2	4,5
Хлеб ржано-пшеничный	421,11	55	88	3,2	0,4	18,4