



И. Т. Сидорова

Меню на 10.10.2025 МБОУ лицей № 22

Общие

Блюдо	№ реп.	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Каша "Дружба"	102	150/5	4,95	6,30	26,53	182,30
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	1	55	4,46	0,495	24,75	122,65
Чай с сахаром		200	0,07	0,01	15,31	61,62

Завтрак

Многодетные, ОВЗ и инвалиды

Блюдо	№ реп.	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Каша "Дружба"	102	150/5	4,95	6,30	26,53	182,30
Чай с сахаром	294	200	0,07	0,01	15,31	61,62
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	365	10	0,1	7,25	0,14	66
Кондитерские изделия	1	100	4,46	0,495	24,75	122,65
Сок		200	2,5	2,9	12,6	85

Обед

Начальные классы, ОВЗ и инвалиды

Блюдо	№ реп.	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Суп картофельный с горохом	63	250/20	7,90	4,30	31,50	199,00
Жаркое по-домашнему	181	180	18,4	14,1	18,1	273,3
Чай с сахаром		200	0,1		9,10	35,0
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	1	20	1,62	0,2	9,0	60,64
Хлеб пеклеванный обогащенный витаминами для детского питания	5	30	2,4	0,3	13,8	66