



Утверждаю
Директор лицея
И. Т. Сидорова

Меню на 22.09.2022 МБОУ лицей № 22 г. Дюртюли

Общие

Блюдо	№ рец.	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша гречневая вязкая с маслом	302,01	150/10	181,60	4,81	8,49	21,54
Чай с сахаром	283	200	39,9			9,98
Хлеб пшеничный	420,02	55	104	3,2	0,4	22

Завтрак

Многодетные, ОВЗ и инвалиды

Блюдо	№ рец.	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша молочная «Дружба» с маслом	493,02	150/5	185,91	4,86	6,72	26,35
Чай с сахаром	283	200	39,9			9,98
Хлеб ржано-пшеничный	2,01	27,5	53,3	1,78	0,27	11
Кисломолочный продукт для детского питания	476,01	100	62	3,2	3,2	4,5
Сыр (порциями)	27,01	10	35	2,63	2,66	0

Обед

Начальные классы, ОВЗ и инвалиды

Блюдо	№ рец.	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Щи из свежей капусты со сметаной	25,23	200/5	72,63	1,55	4,11	7,18
Макаронные изделия отварные с маслом	97,64	150/5	210,5	5,82	4,31	37,08
Компот из изюма	196	200	171	2,4	0,1	41,4
Хлеб ржано-пшеничный	2,01	27,5	53,3	1,78	0,27	11
Гуляш	96,16	45/45	203,03	13,78	15,03	3,18
Кисломолочный продукт для детского питания	476,01	100	62	3,2	3,2	4,5