

Утверждаю
Директор лицея
И. Т. Сидорова

Меню на 19.10.2021 МБОУ лицей № 2 г. Дюртюли



Общие

Блюдо	№ рец.	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша гречневая вязкая	175,11	150/5	335	12,7	2,6	70,60
Чай с сахаром	283	200	39,9	3,2	0,4	22
Хлеб пшеничный	1,1	40	104	3,2	0,4	4,5

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	11,87	8,34
Каша гречневая вязкая	175,11	150/5	148,55	4,77	4,86	21,48
Чай с сахаром	283	200	39,9			9,98
Хлеб пшеничный	1,1	40	104	3,2	0,4	4,5
Кисломолочный продукт		100	62	3,2	3,2	4,5

ОВЗ и инвалиды

Завтрак

Блюдо	№ рец.	Выход , г	Калорийност ь	Белк и	Жир ы	Углевод ы
Котлеты из говядины с соусом	506,2 5	65/30	178,98	9,87	11,87	8,34
Каша гречневая вязкая	175,1 1	150/5	148,55	4,77	4,86	21,48
Чай с сахаром	283	200	39,9			9,98
Хлеб пшеничный	1,1	40	104	3,2	0,4	4,5
Кисломолочный продукт		100	62	3,2	3,2	4,5

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	1,12	5,07	6,58
Хлеб пшеничный	420,02	40	104	3,2	0,4	22
Хлеб ржано-пшеничный	421,11	40	88	3,2	0,4	18,4