



Утверждаю
Директор лицея
И. Т. Сидорова

Меню на 31.01.2022 МБОУ лицей №2 г. Дюртюли

Общие

Блюдо	№ рец.	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Рис припущенный	610,03	150	229,69	3,79	6,54	38,96
Чай с сахаром	283	200	39			9,7
Хлеб пшеничный	420,02	40	123	5	0,5	25,1

Обед

Начальные классы и Многодетные, ОВЗ и инвалиды

Блюдо	№ рец.	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Биточки рыбные с соусом	80,62	60/30	119,99	10,18	7,78	2,17
Рис припущенный	610,03	150	229,69	3,79	6,54	38,96
Чай с сахаром	285	200	39			9,7
Хлеб пшеничный	282,11	55	123	5	0,5	25,1
Яблоко	38,59	2	58,75	0,5	0,5	12,25

Завтрак

Начальные классы, ОВЗ и инвалиды

Блюдо	№ рец.	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод ы
Щи из свежей капусты со сметаной	53,42	200/10	80,73	1,68	4,86	7,36
Мясо птицы, припущенное в соусе	233,23	45/45	251,97	19,83	17,99	2,93
Макаронные изделия	211,05	150/5	210,5	5,82	4,31	37,08
Чай с сахаром	283	200	39,9			9,98
Хлеб ржано-пшеничный	421,11	28	88	3,2	0,4	18,4
Яблоко	38,59	2	58,75	0,5	0,5	12,25