

Утверждаю

Директор лицея

Сидорова И.Т.

Меню на 30.12.2025

Обед для обучающихся 1-4 кл, ОВЗ, СВО 2-4 классы



№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
23	Салат из свеклы отварной	60	0,9	3,1	5,7	45,2
61	Суп картофельный с крупой	250	3,3	2,9	15,1	99,9
131	Плов из мяса птицы	180	19,1	25,4	31,4	394,0
299	Кисель из концентрата "Витошка"	200	0,2		3,9	16,0
7	Хлеб пшеничный 1 сорта для детского питания	27,5	2,4	0,3	14,2	69,9
2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	27,5	1,8	0,3	11,0	53,6
36	Сок для детского питания	200	0,0	0,0	24,0	96,0
Итого за Обед		905	30,4	32,9	138,1	819,0

Обед для обучающихся ОВЗ, СВО 5-11 классы

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
23	Салат из свеклы отварной	100	1,4	5,1	16,5	75,4
61	Суп картофельный с крупой	250	3,3	2,9	15,1	99,9
131	Плов из мяса птицы	220	22,3	27,8	56,9	450,1
299	Кисель из концентрата "Витошка"	200	0,2		3,9	16,0
7	Хлеб пшеничный 1 сорта для детского питания	27,5	2,4	0,3	14,2	69,9
2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	27,5	1,8	0,3	11,0	53,6
36	Сок для детского питания	200	0,0	0,0	24,0	96,0
Итого за Обед		985	34,1	35,3	149,4	895,3

Утверждаю
Директор лицея
Сидорова И.Т.

Меню на 30.12.2025
Завтрак для обучающихся 1-4 классов

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
1,2	Бутерброд с маслом	55/15	5,9	8,2	31,7	191,3
122	Каша манная молочная	180/5	6,9	9,1	28,8	231,0
5	Печенье для детского питания	20	3,0	3,2	13,4	88,0
294	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,1	0,0	15,3	61,6
36	Сок для детского питания	200	0,0	0,0	24,0	96,0
Итого за завтрак		835	18,6	21,4	145,0	778,9

Завтрак для обучающихся 5-11 классы

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						

Завтрак для обучающихся ММС, СВО, ОВЗ 5-11 классы

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
1,2	Бутерброд с маслом	55/15	5,9	8,2	31,7	191,3
206	Каша овсяная молочная	200/5	9,0	10,0	31,7	254,1
5	Печенье для детского питания	20	3,0	3,2	13,4	88,0
294	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,1	0,0	15,3	61,6
36	Сок для детского питания	200	0,0	0,0	24,0	96,0
Итого за завтрак		855	20,7	22,3	144,9	802,0