



Утверждаю
Директор лицея
Сидорова И.Т.

Меню на 14.01.2026
Обед для обучающихся 2-4 класса, ОВЗ, СВО 2-4 классы

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
64	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250/20	7,9	4,3	31,5	199,0
191	Мясо тушеное с говядиной	50/50	17,5	6,1	3,0	136,5
124	Каша пшенная рассыпчатая	180/5	5,5	6,7	25,3	184,0
283	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
7	Хлеб пшеничный 1 сорта для детского питания	55	4,7	0,7	28,4	139,7
2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	27,5	1,8	0,3	11,0	53,6
Итого за Обед		837,5	37,48	24,1	108,3	747,8

Обед для обучающихся ОВЗ, СВО 5-11 классы

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед						
64	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250/20	7,9	4,3	31,5	199,0
191	Мясо тушеное с говядиной	50/50	17,5	6,1	3,0	136,5
124	Каша пшенная рассыпчатая	200/5	7,3	8,9	33,7	245,0
283	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
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
Итого за Обед		830	37	25,9	102,5	739

Утверждаю
Директор лицея
Сидорова И.Т.



Меню на 14.01.2026

Завтрак для обучающихся 1-4 класса

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
47	Маринад овощной без томата	60	0,7	5,3	5,9	74
34	Палочки Школьные	60/30	7,9	7,5	4,3	165,3
241	Картофельное пюре	180	4,6	5,8	24,3	186,5
283	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0
7	Хлеб пшеничный 1 сорта для детского питания	55	4,7	0,7	28,4	139,7
Итого за завтрак		585	18,0	19,30	72,00	600,5

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						
123	Каша пшенная молочная жидкая	180/5	5,5	6,7	25,3	184,0
283	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,1	35,0
7	Хлеб пшеничный 1 сорта для детского питания	55	4,7	0,7	28,4	139,7
Итого за завтрак		440	17,9	17,0	118,7	594,7

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						
47	Маринад овощной без томата	100	1,2	8,9	9,8	123
34	Палочки Школьные	60/30	7,9	7,5	4,3	165,3
241	Картофельное пюре	200	5,4	6,6	26,9	215,9
283	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,1	35,0
7	Хлеб пшеничный 1 сорта для детского питания	55	4,7	0,7	28,4	139,7
Итого за завтрак		645	19,3	23,7	78,5	678,9