

Утверждаю

### Директор лицея

И. Т. Сидорова



*Меню на 8.09.2022 МБОУ лицей № 2 г. Дюртюли*

## *Общие*

| Блюдо                 | № рец. | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------------|--------|----------|--------------|-------|------|----------|
| Каша ячневая с маслом | 181,39 | 150/5    | 237,47       | 4,6   | 9,96 | 32,25    |
| Чай с сахаром         | 283    | 200      | 39,9         |       |      | 9,98     |
| Хлеб пшеничный        | 420,02 | 55       | 104          | 3,2   | 0,4  | 22       |
|                       |        |          |              |       |      |          |

## *Завтрак*

*Начальные классы, Многодетные, ОВЗ и инвалиды*

| Блюдо                             | № рец. | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|-----------------------------------|--------|----------|--------------|-------|-------|----------|
| Салат из белокочанной капусты     | 3      | 60       | 50,4         | 1,1   | 2,7   | 5,5      |
| Котлеты куриные с томатным соусом | 40     | 60/30    | 178,08       | 9,87  | 11,79 | 8,34     |
| Картофельное пюре                 | 138,06 | 150      | 117          | 3,5   | 4,8   | 14,7     |
| Какао с молоком                   | 192    | 200      | 136          | 4     | 4     | 22,8     |
| Хлеб ржано-пшеничный              | 421,11 | 55       | 88           | 3,2   | 0,4   | 18,4     |

## Обед

## **Начальные классы, ОВЗ и инвалиды**

| Блюдо                            | № рец. | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|----------------------------------|--------|----------|--------------|-------|------|----------|
| Свекольник со сметаной           | 67,32  | 200/5    | 112,75       | 2,25  | 4,93 | 14,74    |
| Биточки рыбные с томатным соусом | 80,62  | 60/30    | 119,99       | 10,18 | 7,78 | 2,17     |
| Чай с сахаром                    | 283    | 200      | 39,9         |       |      | 9,98     |
| Хлеб ржано-пшеничный             | 421,11 | 55       | 88           | 3,2   | 0,4  | 18,4     |
| Каша гречневая вязкая с маслом   | 302,01 | 150/10   | 181,6        | 4,81  | 8,49 | 21,54    |