

Утверждаю
Директор лицея
Сидорова И.Т.



Меню на 25.12.2025
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						
40	Котлеты куриные с томатным соусом	60/30	9,4	11,2	8,3	187,2
241	Картофельное пюре	180	4,6	5,8	24,3	186,5
294	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,1	0,0	15,3	61,6
7	Хлеб пшеничный 1 сорта для детского питания	27,5	2,4	0,3	14,2	69,9
3	Шоколад "Аленка"	15	1,1	5,1	8,0	83,0
Итого за Завтрак		712,5	17,6	22,4	94,1	684,2

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						
227	Гороховое пюре	180/5	7,4	9,5	47,1	261,5
40	Котлеты куриные с томатным соусом	60/30	9,4	11,2	8,3	187,2
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		530	12,2	10,2	84,6	436,2

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						
40	Котлеты куриные с томатным соусом	60/30	9,4	11,2	8,3	187,2
241	Картофельное пюре	200	5,4	6,6	26,9	215,9
294	Чай с лимоном и с сахаром	200	0,1	0,0	15,3	61,6
7	Хлеб пшеничный 1 сорта для детского питания	55	4,7	0,7	28,4	139,7
3	Шоколад "Аленка"	15	1,1	5,1	8,0	83,0
Итого за Завтрак		760	20,7	23,6	110,1	783,4

Утверждаю

Директор лицея

Сидорова И.Т.

Меню на 25.12.2025

Обед для обучающихся 2-4 класс, ОВЗ, СВО 1-4 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						
43	Свекольник со сметаной	250	1,9	6,3	10,1	104,2
96	Гуляш из говядины	45/45	14,2	14,8	3,0	200,1
225	Рис припущеный	150	3,7	5,4	37,8	215,1
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
3	Кондитерские изделия	20	1,1	5,1	8,0	83,0
Итого за Обед		905	28,7	29,6	112,0	856,7

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						
43	Свекольник со сметаной	250	1,9	6,3	10,1	104,2
96	Гуляш из говядины	45/45	14,2	14,8	3,0	200,1
225	Рис припущеный	180	4,5	6,5	45,3	258,1
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
3	Кондитерские изделия	20	1,1	5,1	8,0	83,0
Итого за Обед		962,5	29,5	30,7	119,5	899,7