



Утверждаю  
Директор лицея  
И.Т. Сидорова

**Меню на 06.10.2022 МБОУ лицей № 2 г. Дарьул**

**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 лимоном и с сахаром	285	200	42,28	0,06	0,01	10,19
Хлеб пшеничный	420,02	40	104	0,08	7,25	0,13
Салат из моркови	10	60	70	0,8	2,16	6,96

**Завтрак**

**Многодетные, ОВЗ и инвалиды**

Блюдо	№ рец.	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Картофельное пюре	138,21	150	157,53	3,50	5,42	23,60
Салат из белокочанной капусты	2,1	60	62,12	1,38	3,08	7,01
Тефтели куриные с соусом	219-03	60/30	204	26,46	12,54	20,06
Какао с молоком	192	200	136	4	4	22,8
Хлеб ржано-пшеничный	421,11	55	88	3,2	0,4	18,4
Сок		200	46			

**Обед**

**Начальные классы, ОВЗ и инвалиды**

Блюдо	№ рец.	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Свекольник со сметаной	67,32	200/10	112,75	2,25	4,93	14,74
Биточки рыбные с томатным соусом	423,18	60/40	333	8,30	7,10	9,0
Макаронные изделия отварные с маслом	211,05	150/5	243,5	5,82	4,31	37,08
Чай с сахаром	283	200	39,9	9,98		
Хлеб ржано-пшеничный	421,11	55	88	3,2	0,4	18,4