

меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
20	Горошек зелёный	ККАЛ-8, Б-1, У-1	17-00
100	Биточки рыбные Сочные <small>мелкий филе, хлеб белый нарезной, свинина мясная нежирная п.ф, сушари пшенич., масло растительное, соль водированная</small>	ККАЛ-180, Б-10, Ж-9, У-12	62-00
180	Картофельное пюре <small>картофель св. масло сливочное 72,5%, молока сухое 25%, соль водированная</small>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	28-00
200	Кофейный напиток с молоком <small>сахар-песок, кофейный напиток, молока сухое 25%</small>	ККАЛ-89, Б-3, Ж-3, У-13	14-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	5-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-574, Б-23, Ж-19, У-80	129-00
обед			
36	Зефир в шоколаде	ККАЛ-140, У-34	14-00
60/50	Мясо тушеное <small>свинина мясная нежирная п.ф, масло сливочное 72,5%, морковь свежая, лук репчат., томат-паста, мука в.с. соль водированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-274, Б-12, Ж-23, У-5	74-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль водированная</small>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	18-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар-песок</small>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	12-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	7-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-82, Б-3, Ж-1, У-16	4-00
Итого за обед		ККАЛ-964, Б-25, Ж-30, У-142	129-00
Итого за день		ККАЛ-1-538, Б-48, Ж-49, У-222	258-00
Директор Лицей №2	Күлешова Ю.М.	ИП Полякова Полякова И.Е.	Калькулятор Калькулятор

меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
25	Сыр порциями	ККАЛ-94, Б-6, Ж-8	25-00
210	Каша геркулес молочная с маслом <small>геркулес, молока сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль водированная</small>	ККАЛ-167, Б-8, Ж-4, У-26	26-00
100	Запеканка творожная с изюмом <small>творог свежий 9%, манка, сметана 15%, сахар-песок, яйцо, изюм, крахмал картофельный, масло растительное, соль водированная, ванилин, сода пищевая</small>	ККАЛ-95, Б-3, Ж-6, У-14	56-00
20	Повидло или джем фруктовый	ККАЛ-42, У-11	8-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	5-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-620, Б-23, Ж-20, У-96	129-00
обед			
50	Огурец свежий порционный <small>огурцы свежие</small>	ККАЛ-14, Б-1, У-3	15-00
100	Гуляш из курицы с морковью <small>кури грудка, морковь свежая, масло сливочное 72,5%, молока сухое 25%, мука в.с. соль водированная</small>	ККАЛ-153, Б-16, Ж-8, У-5	66-00
150	Макаронь отварные (регатоны) <small>макаронь (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль водированная</small>	ККАЛ-157, Б-5, Ж-8, У-19	18-00
200	Напиток яблоки, вишня <small>вишня смесь напительная св.мор, яблоки свежие, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-51, У-13	20-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	7-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-61, Б-2, У-12	3-00
Итого за обед		ККАЛ-600, Б-29, Ж-17, У-86	129-00
Итого за день		ККАЛ-1-820, Б-52, Ж-37, У-182	258-00
Директор Лицей №2	Күлешова Ю.М.	ИП Полякова Полякова И.Е.	Калькулятор Калькулятор

меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
10	Сыр порциями	ККАЛ-38, Б-2, Ж-3	9-00
60/50	Мясо тушеное <small>свинина мясная нежирная п.ф., масло сливочное 72,5%, морковь свежая, лук репчат., томат-паста, мука в.с., соль водированная, зелень сушая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-274, Б-12, Ж-23, У-5	74-00
180	Гарнир Рис отварной <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль водированная</small>	ККАЛ-217, Б-2, Ж-7, У-37	22-00
200	Чай с молоком <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-99, Б-3, Ж-3, У-15	14-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	7-00
Итого за завтрак			129-00
<u>обед</u>			
100	Котлета рыбная запеченная с сыром <small>минтай филе, сыр твердый (типа российский), яйцо, хлеб белый нарезной, лук репчат., масло растительное, макио сухое 25%, соль водированная</small>	ККАЛ-159, Б-16, Ж-8, У-5	65-00
180	Картофельное пюре <small>картофель св. масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль водированная</small>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	29-00
200	Сок фруктовый	ККАЛ-92, Б-1, У-20	25-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	7-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-61, Б-2, У-12	3-00
Итого за обед			129-00
Итого за день			258-00

Директор
Лицей №2

Кулешова Ю.М.

ИП Полякова

Полякова И.Е.

Калькулятор

Калькулятор

Лицей №2

07.05.2024 (12лет и старшеБП,РП, 2вт)

меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
20	Огурец свежий порционный <small>огурцы свежие</small>	ККАЛ-6, У-1	14-00
100/30	Оладьи из печени Нежные <small>печень мясная, лук репчат., рис, масло растительное, сметана 15%, яйцо, мука в.с., томат-паста, соль водированная</small>	ККАЛ-165, Б-12, Ж-11, У-5	57-00
180	Картофель тушеный <small>картофель св. масло сливочное 72,5%, соль водированная, зелень сушая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-181, Б-3, Ж-9, У-20	32-00
200	Компот из кураги, изюма <small>курага без косточки, сахар-песок, изюм, лимонная кислота</small>	ККАЛ-105, Б-1, У-25	18-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	5-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак			129-00
<u>обед</u>			
40	Помидор свежий порционный <small>помидоры св. масло растительное</small>	ККАЛ-9, У-2	20-00
100	Биточки или котлеты рыбные <small>минтай филе, хлеб белый нарезной, масло сливочное 72,5%, сухари панирова., масло растительное, соль водированная, зелень сушая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-200, Б-11, Ж-10, У-13	63-00
180	Картофельное пюре <small>картофель св. масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль водированная</small>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	29-00
200/5	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-43, У-11	7-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	7-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-61, Б-2, У-12	3-00
Итого за обед			129-00
Итого за день			258-00

Директор
Лицей №2

Кулешова Ю.М.

ИП Полякова

Полякова И.Е.

Калькулятор

Калькулятор

меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
14	Мармелад	ККАЛ-45, У-11	8-00
200	Каша рисовая молочная с маслом <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</small>	ККАЛ-137, Б-5, Ж-7, У-18	28-00
105/5	Омлет с маслом <small>яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-206, Б-11, Ж-17, У-2	44-00
200	Какао с молоком <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small>	ККАЛ-113, Б-4, Ж-4, У-15	25-00
15	Сыр порциями	ККАЛ-56, Б-4, Ж-5	15-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-738, Б-30, Ж-35, У-81	129-00
<u>обед</u>			
15	Огурец свежий порционный <small>огурцы свежие</small>	ККАЛ-4, У-1	7-00
75/50	Ежики в томатно-сметанном соусе <small>свинина мясная нежирная п.ф, лук репчат, яйцо, рис, мука в.с, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-249, Б-13, Ж-16, У-10	60-00
180	Картофельное пюре <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	32-00
200	Напиток яблоки, вишня <small>вишня смесь компотная св мор, яблоки свежие, сахар-песок, лимон свежий</small>	ККАЛ-51, У-13	18-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	7-00
50	Хлеб ржаной.	ККАЛ-102, Б-4, Ж-1, У-20	5-00
Итого за обед		ККАЛ-713, Б-26, Ж-24, У-102	129-00
Итого за день		ККАЛ-1450, Б-56, Ж-59, У-183	258-00

Директор
Лицей №2

Кулешова Ю.М.

НП Педпед

Полыкина И.

Калькулятор

Калькулятор

меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
20	Горошек зелёный	ККАЛ-8, Б-1, У-1	11-00
60/50	Птица тушеная в соусе <small>куры-филе, масло сливочное 72,5%, мука в.с, томат-паста, соль йодированная</small>	ККАЛ-139, Б-10, Ж-8, У-3	77-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	18-00
200	Кофейный напиток с молоком <small>сахар-песок, кофейный напиток, молоко сухое 25%</small>	ККАЛ-89, Б-3, Ж-3, У-13	14-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-624, Б-24, Ж-18, У-85	129-00
<u>обед</u>			
100	Салат из свеклы <small>свекла свежая, масло растительное, соль йодированная</small>	ККАЛ-202, Б-1, Ж-20, У-5	9-00
100	Биточки рыбные Диетические <small>минтай филе, кури грудка, хлеб белый нарезкой, сахар паниров., масло сливочное 72,5%, соль йодированная</small>	ККАЛ-191, Б-18, Ж-7, У-11	59-00
180	Картофельное пюре <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</small>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	32-00
200	Напиток вишневый <small>вишня сушая, сахар-песок</small>	ККАЛ-112, Б-1, У-27	17-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	7-00
50	Хлеб ржаной.	ККАЛ-102, Б-4, Ж-1, У-20	5-00
Итого за обед		ККАЛ-913, Б-33, Ж-35, У-121	129-00
Итого за день		ККАЛ-1537, Б-57, Ж-53, У-206	258-00

Директор
Лицей №2

Кулешова Ю.М.

НП Педпед

Полыкина И.

Калькулятор

Калькулятор

меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
40	Помидор свежий порционный <small>помидоры св. масло растительное</small>	ККАЛ-9, У-2	22-00
100/5	Котлета Московская с маслом сливочным <small>фарш мясной, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, масло растительное, лук репка, соль водированная</small>	ККАЛ-252, Б-13, Ж-15, У-10	66-00
180	Гарнир Рис отварной <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль водированная</small>	ККАЛ-217, Б-2, Ж-7, У-37	22-00
200	Напиток из шиповника, черноплодной рябины <small>шиповник, рябина черноплодная св.мор. сахар-песок</small>	ККАЛ-74, У-16	10-00
50/30	Батон белый + Хлеб ржаной. <small>батон нарезной, хлеб ржаной</small>	ККАЛ-133, Б-4, Ж-2, У-24	9-00
Итого за завтрак		ККАЛ-685, Б-19, Ж-24, У-89	129-00
<u>обед</u>			
100	Котлета сельская запеченая <small>свинина мясная нежирная п.ф. лук репка, яйцо, масло растительное, соль водированная</small>	ККАЛ-273, Б-19, Ж-21, У-1	87-00
180	Макаронные изделия (регатоны) <small>макаронные (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль водированная</small>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	18-00
200	Напиток яблочный <small>яблоки свежие, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-57, У-15	13-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	7-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-82, Б-3, Ж-1, У-16	4-00
Итого за обед		ККАЛ-764, Б-33, Ж-32, У-89	129-00
Итого за день		ККАЛ-1449, Б-52, Ж-56, У-178	258-00
Директор Листей №2	Кулешова Ю.М.	ИП Полякова Ирина Евлампиевна	Калькулятор Калькулятор

меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
15	Мармелад	ККАЛ-48, У-12	8-00
280	Плов из курицы <small>курица-филе, рис, морковь свежая, лук репка, масло сливочное 72,5%, соль водированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-387, Б-14, Ж-10, У-50	108-00
200	Чай Русский <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	5-00
50/30	Хлеб пшеничный + ржаной <small>хлеб белый нарезной, хлеб ржаной</small>	ККАЛ-198, Б-6, Ж-2, У-37	8-00
Итого за завтрак		ККАЛ-674, Б-20, Ж-12, У-109	129-00
<u>обед</u>			
30	Огурец свежий порционный <small>огурцы свежие</small>	ККАЛ-8, У-2	11-00
50/50	Печень тушеная в соусе молочном <small>печень мясная, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, мука в.с. соль водированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-167, Б-3, Ж-2, У-12	82-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль водированная</small>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	18-00
200/5	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-43, У-11	7-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	7-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-82, Б-3, Ж-1, У-16	4-00
Итого за обед		ККАЛ-671, Б-15, Ж-9, У-108	129-00
Итого за день		ККАЛ-1345, Б-35, Ж-21, У-217	258-00
Директор Листей №2	Кулешова Ю.М.	ИП Полякова Ирина Евлампиевна	Калькулятор Калькулятор

меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
210	Каши дружба молочная с маслом <small>пшено шлифованное, рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль водированная</small>	ККАЛ-175, Б-7, Ж-4, У-35	28-00
80	Булочка Веснушка <small>мука в/с, масло растительное, сахар-песок, изюм, молоко сухое 25%, дрожжи сух</small>	ККАЛ-242, Б-5, Ж-8, У-36	20-00
90	Запеканка "Нежная" с творогом <small>творог свежий 9%, рис, яйцо, сахар-песок, масло сливочное 72,5%, сметана 15%, сухари паниров., соль водированная, ванилин</small>	ККАЛ-182, Б-5, Ж-7, У-22	42-00
25	Молоко сгущенное	ККАЛ-74, Б-2, Ж-2, У-13	15-00
200	Чай Яблочный <small>сахар-песок, яблоки свежие, чай байховый</small>	ККАЛ-47, У-12	14-00
50/30	Батон белый + Хлеб ржаной. <small>батон нарезной, хлеб ржаной</small>	ККАЛ-133, Б-4, Ж-2, У-24	10-00
Итого за завтрак		ККАЛ-853, Б-23, Ж-23, У-142	129-00
<u>обед</u>			
20	Помидор свежий порционный <small>помидоры св, масло растительное</small>	ККАЛ-4, У-1	13-00
100	Комплета Позарская <small>кури грудка, хлеб белый нарезной, масло растительное, яйцо, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, соль водированная</small>	ККАЛ-237, Б-17, Ж-11, У-15	63-00
180	Картофельное пюре <small>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль водированная</small>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	30-00
200	Напиток из шиповника <small>шиповник, сахар-песок</small>	ККАЛ-97, Б-1, У-20	12-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	7-00
40	Хлеб ржаной.	ККАЛ-82, Б-3, Ж-1, У-16	4-00
Итого за обед		ККАЛ-726, Б-30, Ж-19, У-110	129-00
Итого за день		ККАЛ-1579, Б-53, Ж-42, У-252	258-00

Директор
Лицей №2

Кулешова Ю.М.

ИП Полякова

Ирина Владимировна

Калькулятор

Калькулятор

меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
20	Помидор свежий порционный <small>помидоры св, масло растительное</small>	ККАЛ-4, У-1	7-00
100	Комплета куриная Диетическая <small>кури-филе, творог свежий 9%, лук репчат., сухари паниров., масло растительное, манка, яйцо, соль водированная</small>	ККАЛ-267, Б-12, Ж-15, У-21	80-00
180	Капуста тушеная <small>капуста белокачанная свежая, морковь свежая, лук репчат., масло сливочное 72,5%, соль водированная, зелень сухая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-87, Б-3, Ж-4, У-9	29-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	5-00
40	Батон белый	ККАЛ-104, Б-3, Ж-1, У-20	5-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-61, Б-2, У-12	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-564, Б-20, Ж-20, У-73	129-00
<u>обед</u>			
20	Сыр порциями	ККАЛ-75, Б-5, Ж-6	20-00
60/50	Гуляш из курицы <small>кури грудка, масло сливочное 72,5%, мука в/с, томат-паста, соль водированная</small>	ККАЛ-139, Б-10, Ж-8, У-3	65-00
180	Гарнир каша гречка рассыпчатая <small>гречка, масло сливочное 72,5%, соль водированная</small>	ККАЛ-207, Б-4, Ж-5, У-33	18-00
200	Напиток вишневый <small>вишня сухая, сахар-песок</small>	ККАЛ-112, Б-1, У-27	14-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	7-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, У-13	5-00
Итого за обед		ККАЛ-765, Б-28, Ж-20, У-110	129-00
Итого за день		ККАЛ-1329, Б-48, Ж-40, У-183	258-00

Директор
Лицей №2

Кулешова Ю.М.

ИП Полякова

Ирина Владимировна

Калькулятор

Калькулятор

меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
250	Каша рисовая молочная с маслом <small>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль водированная</small>	ККАЛ-172, Б-6, Ж-8, У-23	33-00
20	Сыр порциями	ККАЛ-75, Б-5, Ж-6	22-00
125	Омлет с маслом <small>яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль водированная</small>	ККАЛ-234, Б-13, Ж-19, У-3	42-00
200	Какао с молоком <small>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</small>	ККАЛ-113, Б-4, Ж-4, У-15	23-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-61, Б-2, У-12	3-00
Итого за завтрак			129-00
обед			
60	Огурец свежий порционный <small>огурцы свежие</small>	ККАЛ-17, Б-1, У-3	23-00
70/30	Ежики в томатно-сметанном соусе <small>свинина мясная нежирная в ф. лук репка, яйцо, рис, мука в с. сметана 15%, масло сливочное 72,5%, томат-паста, соль водированная</small>	ККАЛ-199, Б-10, Ж-13, У-8	58-00
180	Картофельное пюре <small>картофель св. масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль водированная</small>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	32-00
200	Напиток изюм, сухофрукты <small>сухофрукты, изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-88, У-21	8-00
50	Хлеб пшеничный	ККАЛ-117, Б-4, У-25	5-00
30	Хлеб ржаной	ККАЛ-51, Б-2, У-10	3-00
Итого за обед			129-00
Итого за день			258-00

Директор
Лицей №2

Кулешова Ю.М.

ИП Полякова
Ирина
Евлампиевна

Полякова И.Е.

Калькулятор

Калькулятор

меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
60/60	Печень тушеная в соусе молочном <small>печень мясная, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, мука в с. соль водированная, зелень сушая (укроп, петрушка)</small>	ККАЛ-200, Б-3, Ж-3, У-15	81-00
180	Картофель тушеный <small>картофель св. масло сливочное 72,5%, соль водированная, зелень сушая (укроп, петрушка), лавровый лист</small>	ККАЛ-181, Б-3, Ж-9, У-20	34-00
200	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай байховый</small>	ККАЛ-41, У-10	5-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-61, Б-2, У-12	3-00
Итого за завтрак			129-00
обед			
52	Зефир ванильный	ККАЛ-183, У-45	19-00
100	Котлета из филе курицы рубленая <small>кури грудка, хлеб белый нарезной, сухари паниров., масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, масло растительное, соль водированная</small>	ККАЛ-211, Б-18, Ж-8, У-16	60-00
180	Макаронны отварные (регатоны) <small>макаронны (регатоны), масло сливочное 72,5%, соль водированная</small>	ККАЛ-188, Б-6, Ж-9, У-23	18-00
200	Напиток изюм, курага <small>курага без косточки, изюм, сахар-песок, лимонная кислота</small>	ККАЛ-88, У-21	19-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
40	Хлеб ржаной	ККАЛ-68, Б-3, У-13	5-00
Итого за обед			129-00
Итого за день			258-00

Директор
Лицей №2

Кулешова Ю.М.

ИП Полякова
Ирина
Евлампиевна

Полякова И.Е.

Калькулятор

Калькулятор

меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
20	Сыр порциями	ККАЛ-75, Б-5, Ж-6	22-00
100/5	Котлета рубленая из мяса с маслом сливочным <small>свинина мясная нежирная п.ф. хлеб белый нарезной, сахар пастеров., масло сливочное 72,5%, мажонг сухое 25%, масло растительное, соль водированная</small>	ККАЛ-211, Б-18, Ж-8, У-16	71-00
180	Гарнир Рис отварной <small>рис, масло сливочное 72,5%, соль водированная</small>	ККАЛ-217, Б-2, Ж-7, У-37	20-00
200/5	Чай с лимоном <small>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</small>	ККАЛ-43, У-11	7-00
60	Хлеб пшеничный	ККАЛ-141, Б-5, У-30	6-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-61, Б-2, У-12	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-748, Б-32, Ж-21, У-106	129-00
Итого за день		ККАЛ-748, Б-32, Ж-21, У-106	129-00

Директор
Лицей №2

Кулешова Ю.М.

ИП Полякова

Полынов Н.Е.

Калькулятор

Калькулятор

