

«Утверждаю». Директор лицея: Громова /С.Н. Громова/

Меню на 12.04.2021 г. для столовой лицея (завтрак) (1-4 кл.)

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Каша пшеничная на молоке с маслом	200/10	11-26	8,53	12,0	43,86	318,5
Какао с молоком сгущенным	200	10-75	3,7	3,9	153,04	148,2
Бутерброд с сыром	31/5/10	8-47	4,74	6,75	15,1	142,9
Итого		30-48	16,97	22,65	84,4	609,6

Меню на 12.04.2021г. для столовой (1-4 кл.)

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Плов с мясом птицы	50/200	30-17	25,9	9,0	41,8	353,1
Компот из сухофруктов	200	1-98	0,66	0,09	32,0	132,8
Доп. гарнир: горошек зеленый консервированный отварной	20	5-00	2,5	0,1	6,4	36,5
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Итого		38-18				

Меню на 14.04.2021г. для столовой лицея (обед) платно

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом птицы со сметаной	10/25/250	14-04	9,53	12,21	9,26	185,5
Плов с мясом из птицы	50/200	30-17	25,9	9,0	41,8	353,1
Компот из сухофруктов	200	1-98	0,66	0,09	32,0	132,8
Горошек зеленый консервированный отварной	20	5-00	2,5	0,1	6,4	36,5
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Хлеб пшеничный	1/31	1-22	2,4	0,25	15,2	74,4
Итого		53-44				

Меню на 14.04.2021г. для столовой платно, ЦСО (5-11 классы)

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Плов с мясом птицы	50/200	30-17	25,9	9,0	41,8	353,1
Компот из сухофруктов	200	1-98	0,66	0,09	32,0	132,8
Доп. гарнир: горошек зеленый консервированный отварной	20	5-00	2,5	0,1	6,4	36,5
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Итого		38-18				

Шеф-повар: _____ /Толстова И.В./

«Утверждаю». Директор лицея: Громова С.Н. /С.Н. Громова/

Меню на 13.04.2021 г. для столовой лицея (завтрак) (1-4 кл.)

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	44-33	28,1	17,85	42,2	478,8
Чай с молоком	200/15	3-63	1,42	1,6	17,39	87,1
Хлеб пшеничный	1/31	1-22	2,4	0,25	15,2	74,4
Груша	1/140	20-30	0,8	0,6	19,0	84,0
Итого		69-48	31,12	19,36	91,49	697,7

Меню на 13.04.2021г. для столовой (1-4 классы)

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Биточки рыбные паровые /пикша /	75	26-93	12,5	3,18	6,66	104,1
Картофельные пюре с маслом	150/5	11-95	3,63	8,16	28,13	264,7
Чай с лимоном	200/15/7	2-37	0,8	0,01	15,25	60,4
Доп. гарнир: свекла отварная	50	1-26	0,75	0,05	4,55	21,0
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Яблоко	135	12-83	0,54	0,54	13,2	60,75
Итого		56-37	19,36	11,26	74,23	492,45

Меню на 13.04.2021г. для столовой лицея (обед) (1-4 кл.) платно

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Суп картофельный с горохом с мясом птицы	25/250	13-11	13,35	10,56	20,05	230,2
Биточки рыбные паровые/пикша/	75	26-93	12,5	3,18	6,66	104,1
Картофельные пюре с маслом	150/5	11-95	2,7	8,16	21,87	182,0
Чай с лимоном	200/15/7	2-37	0,8	0,01	15,25	60,4
Доп. гарнир: свекла отварная	50	11-26	0,75	0,05	4,55	21,0
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Хлеб пшеничный	1/31	1-22	2,4	0,25	15,2	74,4
Яблоко	138/	13-22	0,55	0,55	13,5	62,1
Итого		65-63	35,12	23,16	109,78	798,2

Меню на 13.04.2021г. для столовой платно, ЦСО (5-11 классы)

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Биточки рыбные паровые /пикша/	75	26-93	12,5	3,18	6,66	104,1
Картофельные пюре с маслом	150/5	11-95	3,63	8,16	28,13	264,7
Чай с лимоном	200/15/7	2-37	0,8	0,01	15,25	60,4
Доп. гарнир: свекла отварная	50	1-26	0,75	0,05	4,55	21,0
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Итого		57-28	19,52	12,5	78,63	512,7

Шеф-повар: _____ /Голстова И.В./

«Утверждаю». Директор лицея: Громова С.Н. /С.Н. Громова/

Меню на 14.04.2021 г. для столовой лицея (завтрак) (1-4 класс)

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Суп молочный с рисовой крупой с маслом	150/30	12-43	28,1	17,85	42,2	478,8
Кисель из клюквы	200	9-08	1,42	1,6	17,39	87,1
Бутерброд с джемом	31/5/20	9-58	2,4	0,25	15,2	74,4
Яйцо вареное	1 шт.	8-20	0,8	0,6	19,0	84,0
Яблоко	1/172	16-34	0,68	0,68	16,86	77,4
Итого		55-63	34,4	21,45	96,09	633,4

Меню на 14.04.2021г. для столовой (1-4 класс)

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Биточки мясные паровые из мяса говядины 1 категории	75	28-38	11,43	11,16	6,6	172,95
Макароны отварные	150	4-96	5,34	4,2	35,67	205,0
Соус томатный	30	2-05	0,41	1,47	2,24	23,82
Компот из кураги	200/15	5-54	1,04	0	30,96	122,6
Доп.гарнир: морковь отварная	30	1-66	1,3	1,5	5,5	40,8
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Груша	1/145	21-11	0,58	0,44	13,8	60,9
Итого		64-73	22,18	19,09	104,17	670,25

Меню на 14.04.2021г. для столовой лицея (обед) (1-4 класс) Платно

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Борщ со св.капустой с картофелем, мясом птицы со сметаной	10/25/250	14-71	9,49	12,18	10,3	184,02
Биточки мясные паровые из мяса говядины 1 категории	75	28-38	7,62	7,44	64,4	115,3
Макароны отварные	150	4-96	5,34	4,2	35,67	205,0
Соус томатный	30	2-05	1,28	1,41	2,11	21,8
Компот из кураги	200/15	5-54	1,04	0	30,96	122,6
Доп.гарнир: морковь отварная	30	1-66	0,44	1,48	2,33	22,8
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Хлеб пшеничный	1/31	1-22	2,4	0,25	15,2	74,4
Груша	1/145	21-11	0,58	0,44	13,8	60,9
Итого		58-06	34,06	31,52	129,67	932,77

Меню на 14.04.2021г. для столовой платно, ЦСО (5-11 классы)

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Биточки мясные паровые из мяса говядины 1 категории	75	28-38	11,43	11,16	6,6	172,95
Макароны отварные	150	4-96	5,34	4,2	35,67	205,0
Соус томатный	30	2-05	0,41	1,47	2,24	23,82
Компот из кураги	200/15	5-54	1,04	0	30,96	122,6
Доп.гарнир: морковь отварная	30	1-66	1,3	1,5	5,5	40,8
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Итого		43-62	21,6	18,65	90,37	609,35

Шеф-повар: _____ /Голстова И.В./

«Утверждаю». Директор лицея: Громова С.Н. /С.Н. Громова/

Меню на 15.04.2021 г. для столовой лицея (завтрак) (1-4 класс)

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Сосиска сливочная отварная	50	17-60	5,5	11,95	0,8	133,0
Каша гречневая рассыпчатая	150	7-35	6,6	5,2	45,57	260,1
Чай с сахаром	200/15	1-33	0,02	0	15,04	58,1
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Соус красный основной	30	1-48	0,3	1,14	2,13	19,7
Итого		44-29				

Меню на 15.04.2021г. для столовой лицея (1-4 класс)

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Биточки рубленые из мяса птицы	80	19-83	14,28	2,93	7,06	112,0
Рис отварной с маслом	150/10	11-45	5,18	14,76	51,7	365,5
Компот из сухофруктов	200/15	1-98	0,66	0,09	32,0	132,8
Кукуруза сахарная консервированная. Отварная	20	4-80	1,1	0,2	5,6	29,0
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Сыр порциями	15	7-20	3,45	4,35	-	54,0
Итого		46-29	24,88	20,75	92,8	665,3

Меню на 15.04.2021г.для столовой (обед) (1-4 классы) платно

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Рассольник Ленинградский с мясом птицы со сметаной	10/25/250	16-71	9,9	12,4	17,5	193,0
Биточки рубленые из мяса птицы	80	19-83	14,28	2,93	7,06	112,0
Рис отварной с маслом	150/10	11-45	3,98	12,9	28,8	290,7
Компот из сухофруктов	200/15	1-98	0,66	0,09	32,0	132,8
Кукуруза сахарная консервированная. Отварная	50	4-80	1,1	0,2	5,6	29,0
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Хлеб пшеничный	1/31	1-22	2,4	0,25	15,2	74,4
Сыр порциями	15	7-20	3,45	4,35	-	54,0
Итого		64-22	37,51	33,36	125,37	965,1

Меню на 15.04.2021г. для столовой платно, ЦСО (5-11 классы)

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Биточки рубленые из мяса птицы	80	19-83	14,28	2,93	7,06	112,0
Рис отварной с маслом	150/10	11-45	5,18	14,76	51,7	365,5
Компот из сухофруктов	200/15	1-98	0,66	0,09	32,0	132,8
Кукуруза сахарная консервированная. Отварная	20	4-80	1,1	0,2	5,6	29,0
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Сыр порциями	15	7-20	3,45	4,35	-	54,0
Итого		46-29	24,88	20,75	92,8	665,3

Шеф-повар: _____ /Толстова И.В./

«Утверждаю». Директор лицея: Громова С.Н. /С.Н. Громова/

Меню на 16.04.2021 г. для столовой лицея (завтрак) (1-4 класс)

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Пудинг из творога запеченный со сгущенным молоком	150/20	41-04	15,96	10,11	34,84	311,8
Кофейный напиток с молоком	200	5-56	2,6	1,9	22,9	114,3
Бутерброд с маслом	31/5	3-52	2,44	3,87	15,2	107,4
Итого		50-12	21,0	15,89	72,95	533,6

Меню на 06.04.2021г. для столовой лицея (обед) Платно

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Суп картофельный с рыбными консервами «Сайра»	25/250	14-74	6,28	5,78	18,0	173,97
Гуляш с соусом из мяса говядины	50/50	38-54	15,43	16,7	3,95	231,5
Картофельные пюре	150	9-65	2,7	5,6	21,8	148,9
Сок фруктовый	200	11-50	1,0	0	18,2	76,0
Доп.гарнир: капуста тушеная	75	3-91	1,95	2,3	8,3	61,2
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Хлеб пшеничный	1/31	1-22	2,4	0,25	15,2	74,4
Итого		80-59	32,75	31,67	100,22	844,33

Меню на 06.04.2021г. для столовой (1-4 класс)

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Гуляш с соусом из мяса говядины	50/50	38-54	15,43	16,7	3,95	231,5
Картофельные пюре	150	9-65	2,7	5,6	21,8	148,9
Сок фруктовый	200	11-50	1,0	0	18,2	76,0
Доп.гарнир: капуста тушеная	75	3-91	1,95	2,3	8,3	61,2
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Итого		64-63	33,15	25,0	64,95	581,8

Меню на 26.03.2021г. для столовой платно, ЦСО (5-11 классы)

Наименование блюд	Норма	Цена	Б	Ж	У	Ккал
Гуляш с соусом из мяса говядины	50/50	38-54	15,43	16,7	3,95	231,5
Картофельные пюре	150	9-65	2,7	5,6	21,8	148,9
Сок фруктовый	200/15/7	11-50	1,0	0	18,2	76,0
Доп.гарнир: капуста тушеная	75	3-91	1,95	2,3	8,3	61,2
Хлеб ржано-пшеничный	1/30	1-03	2,07	0,4	12,7	64,2
Итого		64-63	33,15	25,0	64,95	581,8

Шеф-повар: _____ /Голстова И.В./