

Утверждаю  
 Директор МБОУ Лицей №21  
 Лопушанская Н.М.



МЕНЮ	21.05.2024						
	вес	7-11 лет		12-18 лет			
		цена	калорийность	вес	цена	калорийность	
<b>завтрак</b>							
куриное филе в сырном соусе	90	45,08	186,71	100	61,49	207,46	
	0	0,00	0	0	0,00	0	
макароны отварные	150	14,98	179,14	180	17,05	243,36	
какао на молоке	200	14,99	109,45	200	15,00	109,45	
хлеб пшеничный	40	5,14	94	40	5,14	94	
груша	100	28,50	47,0	100	28,50	47	
	0	0,00	0	0	0,00	0	
<b>всего:</b>		<b>108,69</b>	<b>616,3</b>		<b>127,18</b>	<b>701,27</b>	
<b>ОБЕД</b>							
салат сельдь с картофелем	60	10,11	101,9	100	14,14	169,83	
суп картофельный с рыбой	220	19,14	144,69	270	20,78	140,66	
рагу из овощей с говядиной	240	105,53	317,03	280	129,23	369,87	
	0	0,00	0	0	0,00	0	
морс из брусники	200	11,51	53,09	200	11,51	53,09	
Хлеб пшеничный	20	2,61	47	20	2,61	47	
Хлеб ржано-пшеничный с морской капустой	50	3,71	99	50	3,71	99	
яблоко	100	19,00	47	100	19,00	47	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>171,61</b>	<b>809,71</b>		<b>200,98</b>	<b>926,45</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
бутерброд с маслом сливочным и красной икрой	55	128,19	175,93				
чай с шиповником	200	2,47	53,93				
груша	100	28,50	47				
	0	0,00					
<b>ВСЕГО:</b>		<b>159,16</b>	<b>276,86</b>				
КАЛЬКУЛЯТОР							
ШЕФ-ПОВАР							