

Меню МАОУ Лицей №12 ()

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Завтрак

25/15	Батон с маслом сливочным..	Ккал-129, Белки-4, Жиры-8, У/в-14	16-15
200	Макароны, запеченные с яйцом ,	Ккал-100, Белки-3, Жиры-5, У/в-11	29-21
40	Яйцо отварное	Ккал-63, Белки-5, Жиры-5	18-64
200/10	Чай с лимоном..	Ккал-39, У/в-10	5-82
25	Батон Золотинка	Ккал-58, Белки-2, У/в-12	3-33
Итого за Завтрак		Ккал-389, Белки-14, Жиры-17, У/в-47	73-15

Обед

53	Огурцы свежие порционные		15-58
250/10/ 3	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом,	Ккал-128, Белки-2, Жиры-6, У/в-16	26-42
180	Картофель отварной.	Ккал-137, Белки-3, Жиры-4, У/в-22	26-76
100	Филе куриное тушеное в сметанном соусе	Ккал-253, Белки-23, Жиры-13, У/в-21	58-06
200	Напиток из шиповника	Ккал-64, У/в-16	10-03
27	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-52, Белки-2, У/в-11	2-59
25	Хлеб Чусовской обогащенный йодом	Ккал-53, Белки-2, У/в-12	2-40
Итого за Обед		Ккал-687, Белки-32, Жиры-24, У/в-97	141-84
Итого за		Ккал-1 076, Белки-46, Жиры-41, У/в-145	214-99

Директор

Роганов

Владимир

Владимирович

документов

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовойАбдулбároва
Надежда
Максимовна

Согласовано

МБУ ДО

Центр

«Новая Авеста»

ОГРН 1026604821185