

Меню МАОУ Лицей №12 ()

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Каша геркулесовая молочная с маслом	Ккал-115, Белки-3, Жиры-5, У/в-13	22-23
180	Творожный пудинг	Ккал-347, Белки-23, Жиры-16, У/в-28	50-62
20	Соус молочно-карамельный	Ккал-5, У/в-1	4-88
200	Чай с сахаром	Ккал-58, У/в-15	3-08
25	Батон Золотинка	Ккал-58, Белки-2, У/в-12	3-33
Итого за Завтрак		Ккал-583, Белки-28, Жиры-21, У/в-69	84-14
<u>Обед</u>			
39	Огурцы свежие порционные		11-47
250/10/ 10	Суп картофельный с бобовыми и гренками с мясом.	Ккал-167, Белки-6, Жиры-6, У/в-22	23-80
180	Рис припущенный.	Ккал-231, Белки-4, Жиры-4, У/в-45	16-02
100	Гуляш из свинины	Ккал-132, Белки-14, Жиры-7, У/в-4	54-09
118	Яблоко	У/в-12	16-99
200	Компот из сухофруктов	Ккал-83, Белки-1, У/в-20	6-08
25	Хлеб Крестьянский витаминизированный	Ккал-48, Белки-2, У/в-11	2-40
Итого за Обед		Ккал-661, Белки-27, Жиры-17, У/в-114	130-85
Итого за		Ккал-1 244, Белки-55, Жиры-38, У/в-183	214-99

Директор

Роганов

Бухгалтер

Заведующая
производством
столовойАбдулбязрова
Надежда
Максимовна

Согласовано

