

Утверждаю:
ИП Семаковская В.Я

Согласовано:
Директор МАОУ "Лицей"
М.С.Соломатова



**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ**

на 10 октября 2025 г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход массы порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал.	Цена блюда
	Экспресс - завтрак						
табл.25	Кондитерское изделие	100	7	9	55	339	37,00
685	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,2	60,00	3,10
	Итого за прием пищи					399,00	40,10
	Горячий завтрак						
372	Наггетсы из курицы детские запеченные	100	12,6	14,2	5,2	199,00	30,67
520/2004	Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	30,32
686	Чай Цитрусовый заряд	200/20/10	0,2	0	15,5	62,8	3,40
	Йогурт молочный полуж в ин.уп	95	1,8	1,5	4,5	38,7	37,47
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,4	0,7	16,2	83,2	3,97
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,87
	Итого за прием пищи					572,00	107,70
	Обед						
106	Овощи натуральные	30	0,7	0,1	0,1	14,3	4,95
154	Суп харчо с мясом	250/10	7,4	5,5	22	167,1	45,00
365	Мясо тушеное с капустой	200	12,5	20,5	18,4	308,1	69,80
585	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	12,81
	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,4	0,7	16,2	83,2	3,97
	Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,87
	Итого за прием пищи					697,2	138,40

Соц. педагог
Мед.работник
Зав столовой