Двухнедельное меню в лицее Лобачевского
МЕНЮ/Столовая лицея Вахитовского района г. Казани КОП и Т КФУ
от 1 января 2023г

Утверждаю: Директор Скобельцина Е.Г.

Наименование	Выход блюд	Цена за порцию	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал/кДЖ
Обед -Понедельник:						
Помидор порционный	25	6,5	0,02		0,0825	0,4125
Гуляш куриный	82,5	47	3,4541	1,1534	4,036	39,586
Гречка рассыпчатая	150	25	8,9	1,8	4,8	233
Компот из с/фр	150	10	0,131		3,677	14,43
Хлеб	45	2,5	0,2115	0,0315	2,241	9,63
Слойка штучная	55	9	1,721	1,36	2,2278	27,483
Итого:		**100**				324,5415
Обед -Вторник:						
Салат из свеклы с маслом растительным	75	9,5	2	7	12	166
Тефтели из говядины	60/50	51	8,72	12,85	0	195,272
Макароны отварные	150/15	12	3,6	0,4	20	111
Кисель из к/ц	200	9	0	0	18	68
Хлеб	45	2,5	0,2115	0,0315	2,241	9,63
Вак балиш с курицей	50	16	4,2076	3,3447	3,5509	60,292
Итого:		**100**				610,194
Обед -Среда:						
Салат из свежей капусты	85	9,5	0,3153	0,0027	1,5249	7,181
Куриная котлета	57	44	3,4541	1,1534	4,036	39,586
Картофельное пюре	159	21	0,34	0,017	3,349	14,11
Хлеб	45	2,5	0,2115	0,0315	2,241	9,63
Компот из с/фр	150	10	0,131		3,677	14,43
Пирожок с яблоком	100	13,5	0,4163	0,0351	4,2165	17,827
Итого:		**100**				102,764
Обед - Четверг:						
Винегрет овощной	88	16	0,144	0,005	0,87	3,4256
Гуляш куриный	82,5	47	3,4541	1,1534	4,036	39,586
Рис рассыпчатый	150/15	13,5	0,371	0,0318	3,9061	17,119
Компот из с/фр	150	10	0,131		3,677	14,43
Хлеб	45	2,5	0,2115	0,0315	2,241	9,63
Сочни с творогом	55	11	2,0822	1,6444	2,43	32,3
Итого:		**100**				116,4906
Обед- Пятница:						
Огурец соленый порционный	35	7,5	0,02		0,0825	0,4125
Куриная грудка с овощами	87	49,5	3,4541	1,1534	4,036	39,586
Картофельное пюре	159	21	0,34	0,017	3,349	14,11
Кисель из к/ц	200	9	0	0	18	68
Хлеб	45	2,5	0,2115	0,0315	2,241	9,63
Беккен с капустой	90	11	2,057	1,514	2,903	32,781
Итого:		**100**				164,5195
Обед -Суббота:						
Салат из помидор и огурцов	48	29,5	0,02		0,0825	0,4125
Тефтели в соусе с куриным мясом	60/50	32	3,4541	1,1534	4,036	39,586
Макароны отварные	150/15	12	3,6	0,4	20	111
Компот из с/фр	150	10	0,131		3,677	14,43
Хлеб	45	2,5	0,2115	0,0315	2,241	9,63
Рогалик с творогом	50	14	10,66	16,66	30,666	319,33
Итого:		**100**				494,3885

Ген. Директора КОП и Т КФУ Хакимова Л.Г.
Бухгалтер Салеева О.А.