ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЧАО
ЧУКОТСКИЙ ОКРУЖНОЙ ПРОФИЛЬНЫЙ ЛИЦЕЙ

Подписано цифровой подписью: Самыгина Вера Викторовна

Меню

13 Мая 2025 года

Завтрак	Выход в граммах	Ккал
Омлет натуральный	200	236,2
Горошек зеленый консервированный	55	36,84
Какао с молоком	200	110,88
Хлеб пшеничный	80	139,04
Сыр (порциями)	15	21,5
Обед		
Салат из картофеля с солеными огурцами	100	66,0
Борщ с капустой и картофелем	250	103,75
Сметана	15	9,3
Котлета мясная рубленная паровая	100	226,05
Запеканка капустная	230	224,48
Соки фруктовые	200	80,0
Хлеб ржаной	60	104,4
Хлеб пшеничный	80	139,04
Полдник		
Молоко кипяченое	200	107,0
Оладьи с маслом	100	188,75
Варенье	35	22,75
Фрукты	100	67,0
Ужин		
Рыба припущенная	120	220,2
Макароны отварные с овощами	180	208,8
Чай с сахаром	200	35,82
Масло (порциями)	10	66,0
Хлеб пшеничный	40	69,52
Хлеб ржаной	60	104,4
Паужин (второй ужин)		
Снежок	180	90,0
Фрукты	100	43,0