



УТВЕРЖДАЮ  
И.о. директора Государственного автономного  
образовательного учреждения  
Чукотского автономного округа  
«Чукотский окружной профильный лицей»

# Меню

## 06 Января 2026 года

<b>Завтрак</b>	Выход в граммах	Ккал
Каша жидкая молочная из манной крупы	250	288,3
Кофейный напиток с молоком	200	55,88
Хлеб пшеничный	85	147,73
Сыр (порции)	15	68,34
Масло порциями	10	56,6
Фрукты	100	67,0
<b>Обед</b>		
Салат из свеклы с чесноком	100	131,0
Борщ с капустой и картофилем	250	103,75
Сметана	5	3,1
Котлеты/биточки/шницели	120	186,35
Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	187,2
Компот из свежих плодов (яблоки, ягоды)	200	114,6
Хлеб ржаной	60	92,4
Хлеб пшеничный	80	139,04
<b>Полдник</b>		
Соки фруктовые	200	110,0
Булочка веснушка	50	239,0
Фрукты	100	53,0
<b>Ужин</b>		
Рыба припущенная	120	189,0
Макароны отварные с овощами	180	172,08
Чай с сахаром	200	25,82
Хлеб пшеничный	40	69,52
Хлеб ржаной	60	92,4
<b>Паужин (второй ужин)</b>		
Снежок	180	93,6
Хлеб пшеничный	20	34,76