



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

# Меню

## 09 Января 2026 года

<b>Завтрак</b>		Выход в граммах	Ккал
Омлет натуральный	200	242,2	
Горошек зеленый консервированный	55	36,84	
Какао с молоком	200	154,0	
Хлеб пшеничный	80	139,04	
Сыр (порции)	15	68,34	
Фрукты	100	67,0	
<b>Обед</b>			
Овощи консервированные (помидоры)	100	11,0	
Суп картофельный с бобовыми	250	148,25	
Мясо тушеное	120	306,0	
Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой туш.)	180	175,19	
Компот из смеси сухофруктов	200	80,0	
Хлеб ржаной	60	92,4	
Хлеб пшеничный	80	139,04	
<b>Полдник</b>			
Молоко кипяченое	200	107,0	
Ватрушка с творогом	50	226,78	
Фрукты	100	53,0	
<b>Ужин</b>			
Винегрет	100	42,5	
Плов из птицы	280	315,48	
Соки фруктовые	200	110,0	
Хлеб ржаной	60	92,4	
<b>Паужин (второй ужин)</b>			
Активилин	180	99,0	
Хлеб пшеничный	20	34,76	