

19 Февраля 2022 г.

## Лицей №1 Дополнительные блюда

| Пищевая ценность    |       |        |        | Выход    | Наименование блюда                                | Стоимость питания |
|---------------------|-------|--------|--------|----------|---|-------------------|
| Белки               | Жиры  | Углевд | ККал   |          |   |                   |
| <u>Первые блюда</u> |       |        |        |          |   |                   |
| 2.48                | 5.45  | 15.55  | 165    | 0.250\10 | Свекольник со сметаной**                          | 20-50             |
| 2                   | 5     | 16     | 165    |          |   |                   |
| <u>Вторые блюда</u> |       |        |        |          |   |                   |
| 12.47               | 1.89  | 8.64   | 101.57 | 0.090    | Котлета из рыбы /минтай/ **                       | 31-50             |
| 16.96               | 24.19 | 0.47   | 289.14 | 0.080    | Филе из кур в сыре                                | 61-50             |
| 29                  | 26    | 9      | 391    |          |   |                   |
| <u>Гарниры</u>      |       |        |        |          |   |                   |
| 8.7                 | 5.4   | 45     | 262    | 0.200    | Каша гречневая вязкая **                          | 19-00             |
| 3.19                | 7.87  | 45.64  | 281.33 | 0.200    | Макароны с овощами***                             | 17-00             |
| 1.5                 | 6     | 12.4   | 109    | .200     | Картофельное пюре//                               | 20-00             |
| 13                  | 19    | 103    | 652    |          |   |                   |
| <u>Напитки</u>      |       |        |        |          |   |                   |
| 1                   | 0.2   | 23.4   | 92     | .200     | Сок фруктовый                                     | 11-50             |
| 1                   | 0     | 23     | 92     |          |   |                   |
| 2.28                | 0.24  | 14.76  | 70     | 0.030гр  | Хлеб пшеничный                                    | 1-50              |
| 1.98                | 0.36  | 10.2   | 54     | 0.030    | Хлеб ржано-пшеничный                              | 1-50              |
| 4                   | 1     | 25     | 124    |          |   |                   |
| <u>Мучное</u>       |       |        |        |          |   |                   |
| 5.8                 | 6.58  | 46.5   | 269    | 0.075    | Пирожки из слоеного теста с молоком сгущ. вареным | 27-50             |
| 6                   | 7     | 46     | 269    |          |   |                   |

Руководитель В.М. Тырыкина Тырыкина В.М.  
 Зав. производством Ю.П. Баранова Баранова Ю.П.  
 Калькулятор Е.Ю. Бугай Бугай Е.Ю.  
 Представитель школы И.А. Корнишова Корнишова, И.А.

Лицей № 1 Беспл. пит. с 5-11 класс

Отд./корп

День 19.02.2022

| Прием пищи | Раздел    | № рец. | Блюдо                       | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|--------|-----------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
|            |           |        | Обед                        |          |       |              |       |      |          |
| обед       | прочие    | 107.01 | Огурец консервированный     | 25       | 5,83  | 5            | 0.3   | 0.04 | 0.86     |
|            | 1_блюдо   | 131    | Свекольник со сметаной**    | 250\10   | 20,44 | 165          | 2.48  | 5.45 | 15.55    |
|            | рыбные    | 345    | Котлета из рыбы /минтай/ ** | 90       | 31,60 | 101.57       | 12.47 | 1.89 | 8.64     |
|            | 2(гарнир) | 429    | Картофельное пюре**         | 200      | 26,22 | 184          | 4.2   | 8.8  | 21.8     |
|            | напитки   | 493    | Чай с сахаром**             | 200      | 2,59  | 60           | 0.1   | 0    | 15       |
|            | прочие    | 108    | Хлеб пшеничный              | 1кус     | 0,72  | 46           | 1.52  | 0.18 | 9.38     |
|            | прочие    | 9.14   | Хлеб ржано-пшеничный        | 1 кус    | 0,65  | 50           | 2.28  | 0.24 | 14.61    |
|            |           |        |                             |          | 88,05 | 612          | 23    | 17   | 86       |
| ИТОГО      |           |        |                             |          | 88,05 |              |       |      |          |

Руководитель  Тырыкина В.М.Зав.производством  Баранова Ю.П.Калькулятор  Бугай Е.Ю.

Лицей № 1 Платное питание

Отд./корп

День 19.02.2022

| Прием пищи | Раздел    | № рец. | Блюдо                       | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|--------|-----------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
|            |           |        | Обед                        |          |       |              |       |      |          |
| обед       | прочие    | 107.06 | Огурец консервированный     | 45       | 10,50 | 7.2          | 0.43  | 0.05 | 1.24     |
|            | рыбные    | 345    | Котлета из рыбы /минтай/ ** | 90       | 31,60 | 101.57       | 12.47 | 1.89 | 8.64     |
|            | 2(гарнир) | 429    | Картофельное пюре**         | 200      | 26,22 | 184          | 4.2   | 8.8  | 21.8     |
|            | напитки   | 493    | Чай с сахаром**             | 200      | 2,59  | 60           | 0.1   | 0    | 15       |
|            | прочие    | 108    | Хлеб пшеничный              | 1кус     | 1,63  | 46           | 1.52  | 0.18 | 9.38     |
|            | напитки   | 518    | Сок фруктовый               | 1 пачка  | 17,46 | 94           | 1.1   | 0    | 23.4     |
|            |           |        |                             |          | 90,00 | 493          | 20    | 11   | 79       |
| ИТОГО      |           |        |                             |          | 90,00 |              |       |      |          |

Руководитель  Тырыкина В.М.Зав.производством  Баранова Ю.П.Калькулятор  Бугай Е.Ю.