

12 Марта 2022 г.

Лицей № 1 Дополнительные блюда

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания	
Белки	Жиры	Углевод	ККал				
<u>Холодные закуски</u>							
5.04	11.58	10.76	177	.100/1/2	Салат "Степной" с яйцом/картофель вар., морковь вар., огурцы конс., горошек/	25-00	25-07
<u>Первые блюда</u>							
1.93	5.86	12.59	115	0.250\10	Суп из овощей со сметаной**	13-50	13-61
<u>Вторые блюда</u>							
25.84	15.6	0.8	185	.100	Рыба минтай жареная	35-50	35-43
8.16	1.35	0	130	0.100	Колбаса отварная **	30-50	30-35
14.84	21.17	0.41	253	0.100	Филе из кур в сыре	70-50	70-73
<u>Гарниры</u>							
4.18	9.38	36.28	243	0.200	Картофель отварной**	28-50	28-47
5.18	6.78	53.7	300	0.200	Рис отварной**	19-00	19-11
5.52	5.3	35.33	211	0.200	Вермишель отварная**	14-00	14-11
<u>Напитки</u>							
1	0.2	23.4	92	.200	Сок фруктовый	11-50	11-66
0.07	0.01	1.88	57	1 кус	Хлеб пшеничный	1-50	1-45
66	12	340	50	1 кус	Хлеб ржано-пшеничный	1-50	1-64
<u>Мучное</u>							
15.8	30.62	25.11	230	.120	Пицца "Студенческая" с колбасой вареной****	33-50	33-32
25	31	52	280	0.100/5	Пирожки из слоеного теста с яблоками с сахарной пудрой	26-50	26-68

Руководитель _____ Тырыкина В.М.

Зав.производством _____ Баранова Ю.П.

Калькулятор _____ Карелова

Лицей № 1 Беспл. пит, с 5-11 клас



Отд./корп

День 12.03.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Обед						
обед	прочие	206	Горошек консервированный	20	9,23	16	0.63	0.66	1.4
	1_блюдо	36.02	Суп из овощей со сметаной**	250/5	14,65	115	1.93	5.86	12.59
	2_блюдо	395.05	Колбаса отварная**	100	29,96	193	7.09	17.19	1.68
	2(гарнир)	214	Картофель отварной**	150	21,35	182.25	3.13	7.03	27.21
	напитки	518	Сок фруктовый	200	11,66	92	1	0.2	23.4
	прочие	108	Хлеб пшеничный	29	1,35	1.33	0.04	0.01	0.27
	прочие	110	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,37	1.25	0.06	0.01	0.37
					89,57	601	14	31	67
ИТОГО					89,57				

Руководитель _____ Тырыкина В.М.
 Зав.производством _____ Баранова Ю.П.
 Калькулятор _____ Карелова