

21 Марта 2022 г.

**Лицей № 1 Дополнительные блюда.**

Пищевая ценность					Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал				
<u>Холодные закуски</u>							
4.9	10.08	8.22	133	.100	Салат из свеклы с сыром, с чесноком	25-50	
<u>Первые блюда</u>							
10.24	5.4	29.75	215	0.250	Суп-пюре из гороха	7-00	
3.37	0.34	20.91	100.5	0.030	Гренки из пшеничного хлеба **	2-50	
<u>Вторые блюда</u>							
22.7	21.1	8.4	314	.070	Свинина по-милански,	62-50	
13.3	11.46	6.27	163.5	0.090	Фрикадельки мясные паровые **	46-00	
83.32	112	35.76	230	.100	Зразы рубл. из окорочков с сыром	59-50	
<u>Гарниры</u>							
7.36	7.07	47.11	281.33	0.200	Макароны отварные***	14-00	
11.64	7.24	60	352	.200	Каша гречневая рассыпчатая **	27-00	
2	8	16.53	145.33	.200	Картофельное пюре//	21-00	
<u>Напитки</u>							
0.12	0	12.04	49	1п/15	Чай /пакет/ с сахаром Гринфилд	7-00	
0.48	0.25	26.81	110	.200	Компот из мандаринов	18-50	
1	0.2	23.4	92	.200	Сок фруктовый	11-50	
2.28	0.24	14.76	57	1кус	Хлеб пшеничный	1-50	
1.98	0.36	10.2	54	1 кус	Хлеб ржано-пшеничный	1-50	
<u>Мучное</u>							
15.8	30.62	25.11	230	.120	Пицца "Студенческая" с колбасой вареной****	36-00	
	25	25	260	75/5	Пирожки из слоеного теста с повидлом с сахарной пудрой	19-50	
18	25	25	260	0.100/5	Пирожки из слоеного теста с яблоками с сахарной пудрой	26-50	

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

Лицей №1 Платное питание

Отд./корп

День 21.03.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Завтрак						
завтрак	.закуска	90.01	Бутерброд с сыром гол.на батоне	10/30	9,78	77.33	2.87	4.35	5.73
	каша	93.01	Каша "Дружба" молочная с маслом**	200/3	12,09	241	6.55	8.33	35.09
	напитки	259.01	Кофейный напиток с молоком**	200	8,13	118	2.79	3.19	19.71
					30,00	436	12	16	61
			Лакомка						
обед-	прочие	107	Огурец консервированный	20	5,00	2.67	0.16	0.02	0.46
	2_блюдо	раз	Фрикадельки мясные паровые **	90	45,89	163.5	13.3	11.46	6.27
	2(гарнир)	291	Макаронны отварные***	100	7,05	140.67	3.68	3.53	23.55
	напитки	508	Компот из сухофруктов**	200	10,78	110	0.56	0	27.89
	прочие	108.04	Хлеб пшеничный	22	1,07	51.33	1.67	0.18	10.82
	напитки	518	Сок фруктовый	1 пач	20,21	94	1.1	0	23.4
					90,00	562	20	15	92
			Обед						
обед	прочие	107	Огурец консервированный	20	5,00	2.67	0.16	0.02	0.46
	1_блюдо	272.04	Суп-пюре из гороха	250	6,95	215	10.24	5.4	29.75
	выпечка	170	Гренки из пшеничного хлеба**	30	2,71	100.5	3.37	0.34	20.91
	2_блюдо	раз	Фрикадельки мясные паровые **	90	45,89	163.5	13.3	11.46	6.27
	2(гарнир)	291	Макаронны отварные***	200	14,11	281.33	7.36	7.07	47.11
	напитки	508	Компот из сухофруктов**	200	10,78	110	0.56	0	27.89
	прочие	108.04	Хлеб пшеничный	25	1,19	58.33	1.9	0.2	12.3
	прочие	110.17	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,37	45	1.65	0.3	8.5
					88,00	976	39	25	153

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Баранова Ю.П.

Калькулятор

Карелова



Лицей №1 Бесп.питание С5-11 класс

Отд./корп

День 21.03.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Обед						
обед	прочие	107	Огурец консервированный	30	7,50	4	0.24	0.03	0.69
	1_блюдо	272.04	Суп-пюре из гороха	250	6,95	215	10.24	5.4	29.75
	выпечка	170	Гренки из пшеничного хлеба**	30	2,71	100.5	3.37	0.34	20.91
	2_блюдо	раз	Фрикадельки мясные паровые**	90	45,89	163.5	13.3	11.46	6.27
	2(гарнир)	291	Макароны отварные***	200	14,11	281.33	7.36	7.07	47.11
	напитки	508	Компот из сухофруктов**	200	10,78	110	0.56	0	27.89
	прочие	108.04	Хлеб пшеничный	21	1,01	49	1.6	0.17	10.33
	прочие	110.17	Хлеб ржано-пшеничный	11	0,62	19.8	0.73	0.13	3.74
					89,57	943	37	25	147
ИТОГО					89,57				

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