

Лицей №1 Платное питание

Отд./корп

День 05.04.2022

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                                              | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|----------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
|            |         |        | Завтрак                                            |          |       |              |       |       |          |
| завтрак    | закуска | 94     | Бутерброд с маслом***на батоне                     | 10/20    | 10,80 | 182          | 2.34  | 12.62 | 14.88    |
|            | каша    | 106    | Каша ячневая молочная с м/сл.**                    | 200/5    | 12,44 | 243          | 6.04  | 26.22 | 34.12    |
|            | напитки | 267    | Чай с молоком**                                    | 200      | 6,76  | 89           | 1.4   | 1.6   | 17.34    |
|            |         |        |                                                    |          | 30,00 | 514          | 10    | 40    | 66       |
|            |         |        | Лакомка                                            |          |       |              |       |       |          |
| обед-      | закуска | 75.14  | Салат картофельный с огурцами конс. и зел.горошком | 95       | 19,94 | 117.56       | 2.14  | 7.36  | 10.57    |
|            | 2блюдо  | 395.06 | Сосиска отварная с маслом сливочным                | 72/5     | 29,19 | 165          | 7.49  | 15.05 | 0        |
|            | гарнир  | раз    | Рис припущенный с овощами**                        | 200      | 20,97 | 246.67       | 4.76  | 8.03  | 45.27    |
|            | напитки | раз    | Компот из яблок\\                                  | 200      | 5,33  | 62           | 0.08  | 0.08  | 16.93    |
|            | прочие  | 108.04 | Хлеб пшеничный                                     | 27       | 1,52  | 63           | 2.05  | 0.22  | 13.28    |
|            | фрукты  | 112    | Мандарины'                                         | 1 шт     | 13,05 | 39           | 0.9   | 0     | 8.8      |
|            |         |        |                                                    |          | 90,00 | 693          | 17    | 31    | 95       |
|            |         |        | Обед                                               |          |       |              |       |       |          |
| обед       | закуска | 75.14  | Салат картофельный с огурцами конс. и зел.горошком | 55       | 11,54 | 68.06        | 1.24  | 4.26  | 6.12     |
|            | 1блюдо  | 131.18 | Свекольник со сметаной**                           | 250/5    | 20,34 | 206.25       | 3.1   | 6.81  | 19.44    |
|            | 2блюдо  | 395.06 | Сосиска отварная с маслом сливочным                | 72/5     | 29,19 | 165          | 7.49  | 15.05 | 0        |
|            | гарнир  | раз    | Рис припущенный с овощами**                        | 200      | 20,97 | 246.67       | 4.76  | 8.03  | 45.27    |
|            | напитки | раз    | Компот из яблок\\                                  | 200      | 5,33  | 62           | 0.08  | 0.08  | 16.93    |
|            | прочие  | 108.04 | Хлеб пшеничный                                     | 22       | 1,23  | 51.33        | 1.67  | 0.18  | 10.82    |
|            | прочие  | 110.19 | Хлеб ржано-пшеничный                               | 28       | 1,40  | 50.4         | 1.85  | 0.34  | 9.52     |
|            |         |        |                                                    |          | 90,00 | 850          | 20    | 35    | 108      |

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Баранова Ю.П.

Калькулятор

Карелова

05 Апреля 2022 г.

**Лицей №1 Дополнительные блюда.**

| Пищевая ценность             |       |         |        | Выход    | Наименование блюда                               | Стоимость питания |
|------------------------------|-------|---------|--------|----------|--------------------------------------------------|-------------------|
| Белки                        | Жиры  | Углевод | ККал   |          |                                                  |                   |
| <u>Холодные закуски</u>      |       |         |        |          |                                                  |                   |
| 7.76                         | 15.84 | 9.58    | 94     | .100\1\2 | Салат из свеклы с майонезом с яйцом              | 21-50             |
| <u>Первые блюда</u>          |       |         |        |          |                                                  |                   |
| 3.1                          | 6.81  | 19.44   | 206.25 | 0.250\10 | Свекольник со сметаной**                         | 22-00             |
| <u>Вторые блюда</u>          |       |         |        |          |                                                  |                   |
| 16                           | 8     | 3       | 147    | 0.100    | Рыба "Провансаль"/минтай/                        | 49-00             |
| 14.62                        | 14.8  | 2.25    | 201    | 0.050\15 | Поджарка из говядины                             | 64-50             |
| 7.49                         | 15.05 | 0       | 165    | .072\5   | Сосиска отварная с маслом сливочным              | 29-00             |
| 14.6                         | 18.9  | 2.1     | 208    | .100     | Филе куриное с ветчиной                          | 68-50             |
| 12.2                         | 13.4  | 6.5     | 202    | 0.100    | Биточек особый из цыпленка                       | 45-00             |
| <u>Гарниры</u>               |       |         |        |          |                                                  |                   |
| 3.57                         | 6.02  | 33.95   | 185    | .150     | Рис "Мозаика"                                    | 31-00             |
| 5.52                         | 5.3   | 35.33   | 211    | 0.200    | Макароны отварные***                             | 14-00             |
| 2                            | 8     | 16.53   | 145.33 | .200     | Картофельное пюре//                              | 21-00             |
| <u>Напитки</u>               |       |         |        |          |                                                  |                   |
| 0.12                         | 0     | 12.04   | 49     | 1л\10    | Чай /пакет/ с сахаром Гринфилд                   | 6-50              |
| 0.08                         | 0.08  | 16.93   | 62     | .200     | Компот из яблок\                                 | 5-50              |
| 0.48                         | 0.25  | 26.81   | 110    | .200     | Компот из мандаринов                             | 18-50             |
| 1                            | 0.2   | 23.4    | 92     | .200     | Сок фруктовый                                    | 11-50             |
| <u>Хлебобулочные изделия</u> |       |         |        |          |                                                  |                   |
| 0.08                         | 0.01  | 0.49    | 57     | 1 кус.   | Хлеб пшеничный                                   | 1-50              |
| 1.98                         | 0.36  | 10.2    | 54     | 1кус     | Хлеб ржано-пшеничный                             | 1-50              |
| <u>Мучное</u>                |       |         |        |          |                                                  |                   |
| 9.76                         | 20.66 | 22.96   | 321    | 0.075    | Хачапури слоеные **                              | 32-50             |
| 15.8                         | 30.62 | 25.11   | 230    | .120     | Пицца "Студенческая" с колбасой вареной****      | 36-00             |
| 5.61                         | 14    | 47      | 180    | .075\5   | Пирожки из сл.теста с повидлом с сахарной пудрой | 19-50             |

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



Лицей №1 Бесп.пит.с 5 по 11 класс

Отд./корп

День 05.04.2022

| Прием пищи | Раздел  | № рец. | Блюдо                                              | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|---------|--------|----------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
|            |         |        | Обед                                               |          |       |              |       |       |          |
| обед       | закуска | 75.13  | Салат картофельный с огурцами конс. и зел.горошком | 50       | 10,49 | 82.5         | 1.5   | 5.17  | 7.42     |
|            | 1блюдо  | 131.18 | Свекольник со сметаной**                           | 250/5    | 20,34 | 206.25       | 3.1   | 6.81  | 19.44    |
|            | 2блюдо  | 395.06 | Сосиска отварная с маслом сливочным                | 72/5     | 29,19 | 165          | 7.49  | 15.05 | 0        |
|            | гарнир  | раз    | Рис припущенный с овощами**                        | 200      | 20,97 | 246.67       | 4.76  | 8.03  | 45.27    |
|            | напитки | раз    | Компот из яблок\\                                  | 200      | 5,33  | 62           | 0.08  | 0.08  | 16.93    |
|            | прочие  | 108.04 | Хлеб пшеничный                                     | 27       | 1,51  | 63           | 2.05  | 0.22  | 13.28    |
|            | прочие  | 110.17 | Хлеб ржано-пшеничный                               | 34       | 1,74  | 61.2         | 2.24  | 0.41  | 11.56    |
|            |         |        |                                                    |          | 89,57 | 887          | 21    | 36    | 114      |
| ИТОГО      |         |        |                                                    |          | 89,57 |              |       |       |          |

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Баранова Ю.П.

Калькулятор

Карелова