

07 Апреля 2022 г.

Лицей №1 Дополнительные блюда.

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Холодные закуски</u>						
1.26	10.08	7.76	127	.100	Салат из свеклы с огурцом консерв. **	17-50
<u>Первые блюда</u>						
5.72	8.19	36	185	0.250	Суп-пюре из картофеля **	17-00
1.77	0.21	11.73	54	0.030	Гренки из пшеничного хлеба **	2-50
<u>Вторые блюда</u>						
11.97	3.57	6.13	103.5	0.090	Биточек "Уральский" /минтай+свинина/	38-50
21.68	24.21	6.74	331	0.050\50	Гуляш из говядины **	66-00
12.24	7.62	1.26	122	0.060	Бифштекс рубленый паровой **	66-00
44.3	107	7.12	672	.090	Котлеты из филе птицы в яйце	62-50
<u>Гарниры</u>						
7.54	0.9	37.7	193	0.200	Вермишель отварная **	14-00
1.5	6	12.4	109	.200	Картофельное пюре//	21-00
<u>Напитки</u>						
0.68	0	6	63	0.200	Чай каркаде	2-50
0.48	0.25	26.81	110	.200	Компот из мандаринов	18-50
1	0.2	23.4	92	.200	Сок фруктовый	11-50
2.28	0.24	14.76	57	030	Хлеб пшеничный	1-50
1.98	0.36	10.2	50	0.030	Хлеб ржано-пшеничный	1-50
<u>Мучное</u>						
15.8	30.62	25.11	230	.120	Пицца "Студенческая" с колбасой вареной ****	36-50

Руководитель  Тырыкина В.М.

Зав. производством _____ Баранова Ю.П.

Калькулятор _____ Карелова



Лицей №1 Платное питание

Отд./корп

День 07.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Завтрак						
завтрак	закуска	11.07	Бутерброд с ветчиной на батоне	15/30	9,59	108	4.55	8	7.5
	каша	103.03	Каша пшенная молочная с м/сл**	200/6	13,65	227	6.04	7.27	34.29
	напитки	267	Чай с молоком**	200	6,76	89	1.4	1.6	17.34
					30,00	424	12	17	59
			Лакомка						
обед-	закуска	210.02	Капуста тушеная**	40	9,81	41.6	1.26	1.52	6.46
	2блюдо	раз	Биточек "Уральский"/свинина, минтай/	90	38,34	200	16.68	5.29	7.76
	гарнир	291	Вермишель отварная**	200	14,11	193.33	7.55	0.91	38.72
	напитки	раз	Чай каркаде	200	2,56	63	0.68	0	6
	Хлеб	108.08	Хлеб пшеничный***	31	1,78	55.22	1.97	0.03	11.29
	фрукты	112	Яблоко свежее.	1 шт.	23,40	48	0.5	0	11.4
					90,00	601	29	8	82
			Обед						
обед	закуска	210.02	Капуста тушеная**	50	12,26	52	1.57	1.9	8.08
	1блюдо	159.08	Суп-пюре из картофеля**	250	17,15	185	5.72	8.19	36
	Хлеб	раз	Гренки из пшеничного хлеба**	30	2,69	54	1.77	0.21	11.73
	2блюдо	раз	Биточек "Уральский"/свинина, минтай/	90	38,34	200	16.68	5.29	7.76
	гарнир	291	Вермишель отварная**	200	14,11	193.33	7.55	0.91	38.72
	напитки	раз	Чай каркаде	200	2,56	63	0.68	0	6
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	25	1,42	57	2.03	0.03	11.65
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	29	1,47	52.2	1.91	0.35	9.86
					90,00	857	38	17	130

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

Лицей №1 Бесп.пит.с 5-11 класс

Отд./корп

День 07.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Обед						
обед	закуска	210.06	Капуста тушеная**	50	12,26	73.33	2.18	2.7	11.22
	1блюдо	159.08	Суп-пюре из картофеля**	250	17,15	185	5.72	8.19	36
	Хлеб	раз	Гренки из пшеничного хлеба**	30	2,69	54	1.77	0.21	11.73
	2блюдо	раз	Биточек "Уральский"/свинина, минтай/	90	38,62	200	16.68	5.29	7.76
	гарнир	291	Вермишель отварная**	200	14,11	193.33	7.55	0.91	38.72
	напитки	раз	Чай каркаде	200	2,56	63	0.68	0	6
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	20	1,16	45.6	1.62	0.02	9.32
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,02	36	1.32	0.24	6.8
					89,57	850	38	18	128
ИТОГО					89,57				

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Баранова Ю.П.

Калькулятор

Карелова