

Лицей №1 Бесп.пит. с 5-11 класс

Отд./корп

День 08.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Обед						
обед	закуска	107.01	Огурец консервированный	30	7,50	6	0.36	0.04	1.03
	1блюдо	142	Щи из св.капусты с картофелем ***со сметаной	250/5	16,94	163.75	2.56	8.75	10.09
	2блюдо	11.27	Биточек особый из цыпленка///	90	36,62	223	11.6	12.9	15.2
	соус	238.03	Соус томатный **	50	3,39	28.33	0.27	1.83	2.62
	гарнир	415	Рис припущенный**	200	20,65	286.67	4.96	7.27	50.36
	напитки	0	Чай с сахаром///	200	1,99	60	0.1	0	15
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	22	1,24	50.16	1.79	0.03	10.25
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,24	43.2	1.58	0.29	8.16
					89,57	861	23	31	113
ИТОГО					89,57				

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

Лицей №1 Платное питание

Отд./корп

День 08.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Завтрак						
завтрак	закуска	95.03	Бутерброд с повидлом на батоне*	15/30	5,15	124	1.27	4	20.6
	каша	264	Каша пшеничная молочная с маслом**	200/8	16,65	369	11.25	12.2	53.35
	напитки	259.01	Кофейный напиток с молоком**	200	8,20	118	2.79	3.19	19.71
					30,00	611	15	19	94
			Лакомка						
обед-	закуска	107.01	Огурец консервированный	25	6,25	5	0.3	0.04	0.86
	2блюдо	раз	Биточек особый из цыпленка///	90	36,62	223	11.6	12.9	15.2
	соус	238.02	Соус томатный **	30	2,04	16.8	0.16	1.1	1.57
	гарнир	415	Рис припущенный**	200	20,65	286.67	4.96	7.27	50.36
	напитки	раз	Чай с сахаром///	200	1,99	60	0.1	0	15
	Хлеб	108.08	Хлеб пшеничный***	26	1,45	46.31	1.65	0.02	9.47
	напитки	518	Сок фруктовый	1 пач	21,00	94	1.1	0	23.4
					90,00	732	20	21	116
			Обед						
обед	закуска	107.01	Огурец консервированный	30	7,50	6	0.36	0.04	1.03
	1блюдо	142	Щи из св.капусты с картофелем ***со сметаной	250/5	16,94	163.75	2.56	8.75	10.09
	2блюдо	раз	Биточек особый из цыпленка///	90	36,62	223	11.6	12.9	15.2
	соус	238.02	Соус томатный **	50	3,39	28	0.27	1.83	2.62
	гарнир	415	Рис припущенный**	200	20,65	286.67	4.96	7.27	50.36
	напитки	раз	Чай с сахаром///	200	1,99	60	0.1	0	15
	Хлеб	108.08	Хлеб пшеничный***	24	1,39	42.75	1.52	0.02	8.74
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,52	54	1.98	0.36	10.2
					90,00	864	23	31	113

Руководитель _____ Тырыкина В.М.

Зав.производством _____ Баранова Ю.П.

Калькулятор _____ Карелова

08 Апреля 2022 г.

Пицей №1 Дополнительные блюда

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Холодные закуски</u>						
4.9	10.08	9.22	133	.100	Салат из свеклы с сыром, с чесноком	28-00
<u>Первые блюда</u>						
2.05	7	8.07	131	0.250/10	Щи из св.капусты с картофелем ***со сметаной	18-50
<u>Вторые блюда</u>						
1.42	13.47	5.61	205	0.100	Каштаны рыбные /минтай/	47-00
11.7	11.84	1.8	160.8	0.060\25	Поджарка из свинины	74-50
25.5	24.7	1.39	325	.100	Оладьи куриные	66-00
11.6	12.9	15.2	223	0.090	Биточек особый из цыпленка///	36-50
<u>Гарниры</u>						
4.96	7.26	50.36	287	0.200	Рис припущенный**	20-50
6.62	6.35	42.39	253	0.200	Макароны отварные**	14-00
3.8	8.2	25.4	190.67	0.200/10	Картофель отварной***с маслом	38-00
<u>Дополнительные блюда</u>						
7.44	8.07	35.28	244	.200\10	Каша пшеничная молочная с маслом**	18-50
<u>Напитки</u>						
0.1	0	15	60	0.200	Чай с сахаром**	2-00
0.01	0	15.2	61	.200/7	Чай с лимоном**=	4-00
0.52	0	20.47	76	0.200	Компот из яблок и лимона//	13-50
1.4	1.6	17.35	89	0.200	Кофейный напиток с молоком	8-00
2.2	0.39	10.53	57	1кус	Хлеб пшеничный	1-50
1.98	0.36	10.2	50	1кус	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