

Лицей №1 Бесплат с 5-11 класс

Отд./корп

День 12.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Обед						
обед	закуска	21.03	Салат из свеклы с огурцом консервир.**	55	9,64	87.31	0.87	6.93	5.33
	1блюдо	146	Суп картофельный с клецками***	250/25	9,74	106.25	2.95	3.97	14.75
	2блюдо	раз	Сосиски из рыбы минтай с маслом слив	100/5	40,76	150	16	6	10.04
	гарнир	раз	Картофельное пюре//	200	21,14	145.33	2	8	16.53
	напитки	раз	Напиток лимонный**	200	6,03	60	0.1	0	15
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	25	1,42	57	2.03	0.03	11.65
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	17	0,84	30.6	1.12	0.2	5.78
					89,57	636	25	25	79
ИТОГО					89,57				

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Баранова Ю.П.

Калькулятор

Карелова

Лицей №1 Платное питание

Отд./корп

День 12.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Завтрак						
завтрак	закуска	3.05	Бутерброд с ветчиной на батоне	15/20	8,61	81	3.41	6	5.62
	каша	103.01	Каша пшеничная молочная с м/сл**	200/7	14,63	227	6.04	7.27	34.29
	напитки	267	Чай с молоком**	200	6,76	89	1.4	1.6	17.34
					30,00	397	11	15	57
			Лакомка						
обед-	закуска	21.03	Салат из свеклы с огурцом консервир.**	15	2,63	23.81	0.24	1.89	1.45
	2блюдо	раз	Сосиски из рыбы минтай	100	35,88	113	14	2	10
	гарнир	раз	Картофельное пюре//	150	15,86	109	1.5	6	12.4
	напитки	раз	Напиток лимонный**	200	6,03	60	0.1	0	15
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	23	1,32	52.44	1.87	0.03	10.72
	фрукты	112	Мандарины'	1 шт	28,28	39	0.9	0	8.8
					90,00	397	19	10	58
			Обед						
обед	закуска	21.03	Салат из свеклы с огурцом консервир.**	55	9,64	87.31	0.87	6.93	5.33
	1блюдо	146	Суп картофельный с клецками***	250/25	9,74	106.25	2.95	3.97	14.75
	2блюдо	раз	Сосиски из рыбы минтай с маслом слив	100/5	40,76	150	16	6	10.04
	гарнир	раз	Картофельное пюре//	200	21,14	145.33	2	8	16.53
	напитки	раз	Напиток лимонный**	200	6,03	60	0.1	0	15
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	25	1,42	57	2.03	0.03	11.65
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,27	45	1.65	0.3	8.5
					90,00	651	26	25	82

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Баранова Ю.П.

Калькулятор

Карелова

12 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>						
2.95	3.97	14.75	106.25	.250/25	Суп картофельный с клецками ***	9-50
<u>Вторые блюда</u>						
16	6	10.04	150	.100/5	Сосиски из рыбы минтай с маслом слив	40-50
9.77	21.77	7.63	296.57	.060	Свинина по-французски /лук, сыр, майонез/	61-00
10.68	11.72	5.74	177	.070	Биточек из говядины **	52-00
44.3	107	7.12	672	.090	Котлеты из филе птицы в яйце	62-50
9.3	14.6	12.4	218	0.090	Ромштекс куриный рубленый /цыпленок./	41-00
<u>Гарниры</u>						
5.52	5.3	35.33	211	0.200	Макароны отварные ***	14-00
3.57	6.02	33.95	185	.150	Рис "Мозаика"	32-00
2	8	16.53	145.33	.200	Картофельное пюре//	21-00
<u>Дополнительные блюда</u>						
6.04	7.27	34.29	227	.200/10	Каша пшеничная молочная с м/сл **	17-50
0.61	0.61	61	247	.110/20	Яблоки печеные с сахарной пудрой	28-50
<u>Напитки</u>						
0.1	0	15	60	.200	Напиток лимонный **	6-00
1	0.2	23.4	92	.200	Сок фруктовый	11-50
0.08	0.01	0.49	57	1 кус	Хлеб пшеничный	1-50
66	12	340	50	1 кус.	Хлеб ржано-пшеничный	1-50
<u>Мучное</u>						
15.8	30.62	25.11	230	.120	Пицца "Студенческая" с колбасой вареной ****	37-00

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