

15 Апрель 2022 г.

Лицей № 1 Дополнительные блюда.

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Холодные закуски</u>						
1.8	6.6	10.08	106	.100	Салат из свеклы с м/раст. **	15-00
<u>Первые блюда</u>						
3.75	1.87	25.25	206.25	0.250/10	Рассольник ленинградский со сметаной***/перловая/	19-00
<u>Вторые блюда</u>						
23.23	6.93	4.8	155	.100/30	Поджарка из рыбы/минтай/	54-50
12.64	10.45	33	334	0.200	Запеканка картофельная "Сюрприз"	52-00
10.68	11.72	5.74	177	.070	Биточек из говядины **	52-00
13.56	14.89	7.22	224.44	0.100	Котлета особая из цыпленка	48-00
<u>Гарниры</u>						
11.64	7.24	60	352	.200	Каша гречневая рассыпчатая **	27-00
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>Дополнительные блюда</u>						
0.27	1.83	2.62	28.33	0.050	Соус томатный **	3-50
<u>Напитки</u>						
0.34	0	11.53	47	0.200	Компот из шиповника ***	10-50
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>						
2.95	0.9	20.5	104	0.100\5	Манник ** с сах.пудрой	30-00

Руководитель  Тырыкина В.М.

Зав.производством _____ Баранова Ю.П.

Калькулятор _____ Карелова



Лицей №1 Платное питание Отд./корп День 15.04.2022

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	98	Каша манная молочная с маслом**	200/3	13,63	245	6.53	7.03	38.78
	напитки	267	Чай с молоком**	200	6,78	89	1.4	1.6	17.34
					30,00	442	12	17	64
			Лакомка						
обед-	закуска	50.05	Салат из свеклы с м/раст.**	30	4,43	53	0.9	3.3	5.04
	2блюдо	раз	Запеканка картофельная"Сюрприз"	200	51,75	334	12.64	10.45	33
	соус	238.03	Соус томатный **	20	1,36	11.33	0.11	0.73	1.05
	напитки	раз	Компот из шиповника///	200	10,49	47	0.34	0	11.53
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	17	0,97	38.76	1.38	0.02	7.92
	напитки	518	Сок фруктовый	1 пач	21,00	94	1.1	0	23.4
					90,00	578	16	14	82
			Обед						
обед	закуска	50.05	Салат из свеклы с м/раст.**	30	4,43	53	0.9	3.3	5.04
	1блюдо	134.07	Рассольник ленинградский со сметаной***/перловая/	250/5	17,42	206.25	3.75	1.87	25.25
	2блюдо	раз	Запеканка картофельная"Сюрприз"	200	51,75	334	12.64	10.45	33
	соус	238.03	Соус томатный **	50	3,41	28.33	0.27	1.83	2.62
	напитки	раз	Компот из шиповника///	200	10,49	47	0.34	0	11.53
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	22	1,24	50.16	1.79	0.03	10.25
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,26	45	1.65	0.3	8.5
					90,00	764	21	18	96

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



Лицей №1 Беп.питан.с 5 по 11 класс

Отд./корп

День 15.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Обед						
обед	закуска	50.05	Салат из свеклы с м/раст. **	30	4,43	53	0.9	3.3	5.04
	1блюдо	134.07	Рассольник ленинградский со сметаной***/перловая/	250/5	17,42	206.25	3.75	1.87	25.25
	2блюдо	раз	Запеканка картофельная "Сюрприз"	200	59,75	334	12.64	10.45	33
	соус	238.03	Соус томатный **	50	3,41	28.33	0.27	1.83	2.62
	напитки	раз	Компот из шиповника///	200	10,49	47	0.34	0	11.53
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	21	1,17	34.2	1.22	0.02	6.99
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	18	0,90	32.4	1.19	0.22	6.12
					89,57	735	20	18	91
ИТОГО					89,57				

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