

20 Апреля 2022 г.

**Лицей №1 Дополнительные блюда.**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевс	ККал			
<u>Холодные закуски</u>						
3.04	11.38	10.76	157	.100	Салат "Стенной" /картофель вар., морковь вар., огурцы конс., горошек/	19-50
<u>Первые блюда</u>						
2.34	6.35	14.85	126.25	.250\10	Суп крестьянский с рисом со сметаной***	16-50
<u>Вторые блюда</u>						
22	6.73	4.75	168	0.070/50	Цыпленок в соусе с томатом***	75-50
83.32	112	35.76	230	.100	Зразы рубл. из цыпленка с сыром	66-50
13.56	14.89	7.22	224.44	0.100	Шницель особый из цыпленка	48-00
7.8	11.7	9.8	175	0.090	Ёжики куриные / цыпленок/	37-50
<u>Гарниры</u>						
1.5	6	12.4	109	.200	Картофельное пюре//	21-00
8	7.7	250	185	0.200	Картофель отварной запеченный с сыром	39-00
6.87	9.66	24.5	212	.200	Каша гречневая вязкая ***	24-00
3.57	6.02	33.95	185	.150	Рис "Мозаика"	32-50
<u>Напитки</u>						
3.77	3.93	25.95	186	.200	Какао с молоком\ 	7-00
0.1	0	15	60	.200	Напиток лимонный**	6-00
0.34	0	11.53	47	0.200	Компот из шиповника///	10-50
2.28	0.24	14.76	57	1 кус	Хлеб пшеничный	1-50
1.98	0.36	10.2	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
9.27	17.28	31.17	294.17	.072/50	Сосиска запеченная в тесте**	28-50

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

Лицей №1 Платное питание Отд./корп День 20.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Завтрак						
завтрак	закуска	95	Бутерброд с повидлом на батоне*	15/30	5,15	93	0.95	3	15.45
	каша	105	Каша рисовая молочная с м/сл.**	200/6	17,61	210	16.3	15.8	20.1
	напитки	раз	Какао с молоком\	200	7,24	186	3.77	3.93	25.95
					30,00	489	21	23	61
			Лакомка						
обед-	закуска	119.04	Икра свекольная***	50	8,54	95	2	5.92	8.67
	2блюдо	раз	Ёжики куриные / цыпленок///	90	37,37	175	7.8	11.7	9.8
	гарнир	раз	Картофельное пюре//	150	16,07	109	1.5	6	12.4
	напитки	раз	Напиток лимонный**	200	6,03	60	0.1	0	15
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	17	0,99	38.76	1.38	0.02	7.92
	напитки	518	Сок фруктовый	1 пач	21,00	94	1.1	0	23.4
					90,00	572	14	24	77
			Обед						
обед	закуска	119.04	Икра свекольная***	40	6,83	76	1.6	4.73	6.93
	1блюдо	154.01	Суп крестьянский с рисом со сметаной***	250/5	15,16	126.25	2.34	6.35	14.85
	2блюдо	раз	Ёжики куриные / цыпленок///	90	37,37	175	7.8	11.7	9.8
	гарнир	раз	Картофельное пюре//	200	21,43	145.33	2	8	16.53
	напитки	раз	Напиток лимонный**	200	6,03	60	0.1	0	15
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	29	1,66	66.12	2.35	0.03	13.51
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,52	54	1.98	0.36	10.2
					90,00	703	18	31	87

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

Лицей №1 Бесп. пит. с 5 по 11 класс

Отд./корп

День 20.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Обед						
обед	закуска	119.04	Икра свекольная***	40	6,83	76	1.6	4.73	6.93
	1блюдо	154.01	Суп крестьянский с рисом со сметаной***	250/5	15,16	126.25	2.34	6.35	14.85
	2блюдо	раз	Ёжики куриные / цыпленок///	90	37,37	175	7.8	11.7	9.8
	гарнир	раз	Картофельное пюре//	200	21,43	145.33	2	8	16.53
	напитки	раз	Напиток лимонный**	200	6,03	60	0.1	0	15
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	29	1,66	66.12	2.35	0.03	13.51
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	21	1,09	37.8	1.39	0.25	7.14
					89,57	686	18	31	84
ИТОГО					89,57				

Руководитель _____ Тырыкина В.М.

Зав.производством _____ Баранова Ю.П.

Калькулятор _____ Карелова