

26 Апреля 2022 г.

Лицей № 1 Дополнительные блюда

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	Кал			
<u>Холодные закуски</u>						
7.76	15.84	9.58	94	.100\1\2	Салат из свеклы с майонезом с яйцом	25-00
<u>Первые блюда</u>						
2.95	3.97	14.75	106.25	.250\25	Суп картофельный с клецками***	10-50
<u>Вторые блюда</u>						
16	6	10.04	150	.100\5	Сосиски из рыбы минтай с маслом слив	39-50
16	15.9	37.9	359	.075\200	Плов из цыпленка	63-50
16.42	21.26	2.36	234	.090	Филе куриное с ветчиной	65-00
44.3	107	7.12	672	.090	Котлеты из филе птицы в яйце	61-50
<u>Гарниры</u>						
7.54	0.9	37.7	193	0.200	Вермишель отварная**	14-00
6.87	9.66	24.5	212	.200	Каша гречневая вязкая***	24-00
2	8	16.53	145.33	.200	Картофельное пюре//	21-50
<u>Дополнительные блюда</u>						
6.04	7.27	34.29	227	.200\10	Каша пшеничная молочная с м/сл**	18-50
<u>Напитки</u>						
0.25	0.25	25.35	104	0.200	Компот из яблок с лимоном**	13-50
0.1	0	15	60	.200	Напиток лимонный**	6-00
0.08	0.01	0.49	57	1 кус	Хлеб пшеничный	1-50
6	1	3	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

Лицей №1 Платное питание

Отд./корп

День 26.04.2022

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	103.03	Каша пшенная молочная с м/сл**	200/8	16,59	227	6.04	7.27	34.29
	напитки	267	Чай с молоком**	200	4,80	89	1.4	1.6	17.34
					30,00	397	11	15	57
			Лакомка						
обед-	закуска	21.03	Салат из свеклы с огурцом консервир.**	55	9,64	87.31	0.87	6.93	5.33
	2блюдо	раз	Сосиски из рыбы минтай с маслом слив	100/5	39,53	150	16	6	10.04
	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***	35	2,01	79.8	2.84	0.04	16.31
	сладкое		Конфета "Импульс" вафельная	1 шт	11,36	105	1.98	16.5	10.2
					90,00	627	24	37	73
			Обед						
обед	закуска	21.03	Салат из свеклы с огурцом консервир.**	50	8,76	79.37	0.79	6.3	4.85
	1блюдо	146	Суп картофельный с клецками***	250/25	10,57	106.25	2.95	3.97	14.75
	2блюдо	раз	Сосиски из рыбы минтай с маслом слив	100/5	39,53	150	16	6	10.04
	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***	30	1,68	68.4	2.44	0.04	13.98
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	39	2,00	70.2	2.57	0.47	13.26
					90,00	680	27	25	88

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Баранова Ю.П.

Калькулятор

Карелова

Лицей №1 Бесп. пит.с 5-11 класс

Отд./корп

День 26.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Обед						
обед	закуска	21.03	Салат из свеклы с огурцом консервир.**	50	8,76	79.37	0.79	6.3	4.85
	1блюдо	146	Суп картофельный с клецками***	250/25	10,57	106.25	2.95	3.97	14.75
	2блюдо	раз	Сосиски из рыбы минтай с маслом слив	100/5	39,53	150	16	6	10.04
	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***	30	1,68	68.4	2.44	0.04	13.98
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	31	1,57	55.8	2.05	0.37	10.54
					89,57	665	26	25	86
ИТОГО					89,57				

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