

30 Апреля 2022 г.

Лицей № 1 Дополнительные блюда

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Первые блюда</u>						
2.48	5.45	15.55	165	0.250\10	Свекольник со сметаной**	26-50
<u>Вторые блюда</u>						
12.47	1.89	8.64	101.57	0.090	Котлета из рыбы /минтай/ **	30-00
44.3	107	7.12	672	.090	Котлеты из филе птицы в яйце	57-50
<u>Гарниры</u>						
1.5	6	12.4	109	.200	Картофельное пюре//	21-00
5.52	5.3	35.33	211	0.200	Макароны отварные***	14-00
<u>Напитки</u>						
0.1	0	15	60	0.200	Чай с сахаром///	2-00
1	0.2	23.4	92	.200	Сок фруктовый	14-50
0.48	0.25	26.81	110	.200	Компот из мандаринов	19-00
2.28	0.24	14.76	57	030гр	Хлеб пшеничный	1-50
1.98	0.36	10.2	50	0.030	Хлеб ржано-пшеничный	1-50
<u>Мучное</u>						
15.8	30.62	25.11	230	.120	Пицца "Студенческая" с колбасой вареной****	37-50



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

Лицей № 1 Беспл. пит. с 5-11 класс

Отд./корп

День 30.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Обед						
обед	закуска	107.01	Огурец консервированный	35	8,75	7	0.42	0.05	1.21
	1блюдо	131	Свекольник со сметаной**	250/5	24,75	165	2.48	5.45	15.55
	2блюдо	раз	Котлета из рыбы /минтай/ **	90	29,98	101.57	12.47	1.89	8.64
	гарнир	раз	Картофельное пюре//	200	21,18	145.33	2	8	16.53
	напитки	раз	Чай с сахаром**	200	2,22	60	0.1	0	15
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный	27	1,55	1.24	0.04	0	0.25
	Хлеб	110	Хлеб ржано-пшеничный	22	1,14	1.1	0.05	0.01	0.32
					89,57	481	18	15	57
ИТОГО					89,57				

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