



## Лицей №1 Дополнительные блюда.

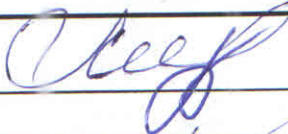
Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Холодные закуски</u>						
10.9	15	4.3	180	.100	Салат "Ивано-франковский" \морковь, сыр, лук, яйцо, горошек\	40-00
<u>Первые блюда</u>						
5.72	8.19	36	185	0.250	Суп-пюре из картофеля**	20-00
1.77	0.21	11.73	54	0.030	Гренки из пшеничного хлеба**	2-50
<u>Вторые блюда</u>						
24.27	12.67	6.13	209.33	.100/30	Рыба жареная с луком по-ленинградски /минтай/	55-00
11.97	3.57	6.13	103.5	0.090	Биточек "Уральский" /минтай+свинина/	37-00
11.7	11.84	1.8	160.8	0.060\25	Поджарка из свинины	73-00
14.84	21.17	0.41	253	0.100	Филе из кур в сыре	76-00
12.2	13.4	6.5	202	0.100	Котлета особая из цыпленка	45-00
<u>Гарниры</u>						
7.54	0.9	37.7	193	0.200	Вермишель отварная**	14-00
5.18	6.78	53.7	300	0.200	Рис отварной**	21-00
11.64	7.24	60	352	.200	Каша гречневая рассыпчатая**	27-00
<u>Напитки</u>						
0.68	0	6	63	0.200	Чай каркаде	3-00
0.48	0.25	26.81	110	.200	Компот из мандаринов	19-00
1	0.2	23.4	92	.200	Сок фруктовый	14-50
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>						
15.57	14.19	57	312	.100	Шанежка с сыром	24-00
8.58	3.25	47.92	248	0.100/6	Шанежки наливные с яйцом с сахарной пудрой	12-50

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



Лицей №1 Платное питание Отд./корп

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	103.03	Каша пшенная молочная с м/сл**	200/7	15,32	227	6.04	7.27	34.29
	напитки	267	Чай с молоком**	200	5,09	89	1.4	1.6	17.34
					30,00	424	12	17	59
			Лакомка						
обед-	закуска	210.02	Капуста тушеная**	40	9,44	41.6	1.26	1.52	6.46
	2блюдо	раз	Биточек "Уральский"/свинина, минтай/	90	37,18	200	16.68	5.29	7.76
	гарнир	291	Вермишель отварная**	200	14,12	193.33	7.55	0.91	38.72
	напитки	раз	Чай каркаде	200	2,77	63	0.68	0	6
	Хлеб	108.08	Хлеб пшеничный***	17	0,99	30.28	1.08	0.02	6.19
	фрукты	112	Апельсины'	1 шт	25,50	38	0.8	0	8.6
					90,00	566	28	8	74
			Обед						
обед	закуска	210.02	Капуста тушеная**	45	10,62	46.8	1.41	1.71	7.27
	1блюдо	159.08	Суп-пюре из картофеля**	250	20,15	185	5.72	8.19	36
	Хлеб	раз	Гренки из пшеничного хлеба**	30	2,69	54	1.77	0.21	11.73
	2блюдо	раз	Биточек "Уральский"/свинина, минтай/	90	37,18	200	16.68	5.29	7.76
	гарнир	291	Вермишель отварная**	200	14,12	193.33	7.55	0.91	38.72
	напитки	раз	Чай каркаде	200	2,77	63	0.68	0	6
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	17	0,97	38.76	1.38	0.02	7.92
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	54	1.98	0.36	10.2
					90,00	835	37	17	126

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



Лицей №1 Бесп. пит. с 5-11 класс Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Обед						
обед	закуска	210.02	Капуста тушеная**	40	9,44	41.6	1.26	1.52	6.46
	1блюдо	159.08	Суп-пюре из картофеля**	250	20,15	185	5.72	8.19	36
	Хлеб	раз	Гренки из пшеничного хлеба**	30	2,69	54	1.77	0.21	11.73
	2блюдо	раз	Биточек "Уральский"/свинина, м интай/	90	37,18	200	16.68	5.29	7.76
	гарнир	291	Вермишель отварная**	200	14,12	193.33	7.55	0.91	38.72
	напитки	раз	Чай каркадэ	200	2,77	63	0.68	0	6
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	30	1,72	68.4	2.44	0.04	13.98
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	54	1.98	0.36	10.2
					89,57	859	38	17	131
<b>ИТОГО</b>					89,57				

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