

11 Мая 2022 г.

**Лицей № 1 Дополнительные блюда**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Холодные закуски</u>						
4.9	10.08	9.22	133	.100	Салат из свеклы с сыром, с чесноком	27-00
<u>Первые блюда</u>						
1.82	5.25	10.65	120	.250\10	Борщ из св.капусты с картофелем //со сметаной	18-50
<u>Вторые блюда</u>						
11.7	11.84	1.8	160.8	0.060\25	Поджарка из свинины	73-00
22	6.73	4.75	168	0.070\50	Цыпленок в соусе с томатом***	71-50
44.3	107	7.12	672	.090	Котлеты из филе птицы в яйце	57-50
9.3	14.6	12.4	218	0.090	Ромштекс куриный рубленый /цыпленок./	40-50
11.6	12.9	15.2	223	0.090	Шницель особый из цыпленка///	36-00
<u>Гарниры</u>						
5.52	5.3	35.33	211	0.200	Макароны отварные***	14-00
11.64	7.24	60	352	.200	Каша гречневая рассыпчатая**	27-00
2	8	16.53	145.33	.200	Картофельное пюре//	21-50
<u>Напитки</u>						
0.2	0.05	15.01	57	1л\15	Чай /пакет./Tess с сахаром	7-50
0.5	0.2	23.1	96	.200	Компот из яблок\ \	5-50
2.6	0.12	15	57	1кус	Хлеб пшеничный***	1-50
2.28	0.24	14.61	50	1 кус	Хлеб ржано-пшеничный	1-50
15.8	30.62	25.11	230	.120	Пицца "Студенческая" с колбасой вареной****	38-00
6.01	6.52	34.57	221	0.100	Шанезка картофельная по-русски	15-50

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



Лицей №1 Платное питание

Отд./корп

День 11.05.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Завтрак						
завтрак	закуска	90.05	Бутерброд с сыром на батоне	10/20	9,44	96.67	5.07	3.94	10.28
	каша	106.03	Каша ячневая молочная с м/сл.**	200/10	14,66	271	6.04	26.22	34.12
	напитки	раз	Какао с молоком\\	200	5,90	186	3.77	3.93	25.95
					30,00	554	15	34	70
			Лакомка						
обед-	закуска	210.02	Капуста тушеная**	30	6,08	31.2	0.94	1.14	4.85
	2блюдо	раз	Шницель особый из цыпленка///	90	36,08	223	11.6	12.9	15.2
	гарнир	248.05	Каша гречневая вязкая***	200	19,66	163.08	5.29	7.43	18.85
	напитки	раз	Компот из яблок\\	200	5,54	96	0.5	0.2	23.1
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	29	1,64	66.12	2.35	0.03	13.51
	напитки	518	Сок фруктовый	1 пач	21,00	94	1.1	0	23.4
					90,00	673	22	22	99
			Обед						
обед	закуска	210.02	Капуста тушеная**	50	10,13	52	1.57	1.9	8.08
	1блюдо	раз	Борщ из св.капусты с картофелем //со сметаной	250/5	16,47	120	1.82	5.25	10.65
	2блюдо	раз	Шницель особый из цыпленка///	90	36,08	223	11.6	12.9	15.2
	гарнир	248.05	Каша гречневая вязкая***	200	19,66	163.08	5.29	7.43	18.85
	напитки	раз	Компот из яблок\\	200	5,54	96	0.5	0.2	23.1
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный***	20	1,10	45.6	1.62	0.02	9.32
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,02	36	1.32	0.24	6.8
					90,00	736	24	28	92

Руководитель  Тырыкина В.М.

Зав.производством  Баранова Ю.П.

Калькулятор  Карелова

Лицей №1 Бесп.пит. с 5-11 класс

Отд./корп

День 11.05.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
			Обед						
обед	закуска	210.02	Капуста тушеная**	45	9,12	46.8	1.41	1.71	7.27
	1блюдо	раз	Борщ из св.капусты с картофелем //со сметаной	250/5	16,47	120	1.82	5.25	10.65
	2блюдо	раз	Шницель особый из цыпленка///	90	36,08	223	11.6	12.9	15.2
	гарнир	248.05	Каша гречневая вязкая***	200	19,66	163.08	5.29	7.43	18.85
	напитки	раз	Компот из яблок\\\	200	5,54	96	0.5	0.2	23.1
	Хлеб	108	Хлеб пшеничный****	30	1,68	68.4	2.44	0.04	13.98
	Хлеб	110.19	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,02	36	1.32	0.24	6.8
					89,57	753	24	28	96
ИТОГО					89,57				

Руководитель

Тырыкина В.М.

Зав.производством

Баранова Ю.П.

Калькулятор

Карелова