

Школа / гимназия / лицей №

10 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

СУББОТА

Наименование блюд	выход	стоимость	белки	жиры	углев.	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)						
сб.2013 Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
ттк.2019 Бутерброд с сыром, маслом	25/10/5		4,55	7	12,90	134
23/2015 Салат из свежих помидоров (с луком)	100		1,11	6,18	4,62	81
	сред.		2,05	4,55	9,76	90
1-ые БЛЮДА						
95/2015 Рассольник "Домашний" со сметаной	250/5		2,38	6,1	15,11	126
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ттк.2020 Пельмени "Для Умников и умниц" отварные с соусом Переменка	180/30		21,4	25,3	38,5	468
ттк.2021 Соус мясной "Смак"	120		10,1	10,1	5,9	156
ттк.2019 Цыплята запечённые	100		26,7	24,5	1	332
	сред.		19,41	19,97	15,13	319
ГАРНИРЫ						
202/2015 Макароны изделия отварные с маслом	180/5		6,77	9,0	43,13	281
304/2015 Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
	сред.		5,69	7,75	45,57	275
НАПИТКИ						
ттк.2021 Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/10		0,05		8,13	34
ттк.2021 Напиток из шиповника	200		0,1	0,04	10,17	41
	сред.		0,08	0,02	9,15	38
Хлеб ржано-пшеничный/ хлеб пшеничный 1с	25/25		3,15	0,5	23,55	114
	Итого с самост.бл юдом-	73,00	26,69	30,37	80,96	710
	Итого-	73,00	30,36	32,79	103,16	836

Директор
Калькулятор
Зав. производством



Школа / гимназия / лицей №

10 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

СУББОТА

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150 г	150	5,602	5,068	35,906	212
ЧАЙ С САХАРОМ 200/8 г	200/8	0,021	0,005	7,989	32
ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ 10 г	10	0,500	0,100	4,500	22
Итого:	8,30	6,123	5,173	48,395	266

Директор
Калькулятор
Зав. производством

