

Утверждено
 Директор ООО "Мелкий опт."

Медведева Е.В.
 Директор ООО "Мелкий опт." (лицей)

Директор МБОУ "Многопрофильный лицей" Белыева Н.Ю.

Прием пищи

Блюдо

Выход

Ккал

Белки

Жиры

Углеводы

автрак 2 лет

Плов из куриного филе

220

217,06

15,9

13

31,35

старше

Компот из кураги

200

39,8

0,6

0,12

9,7

и старше

Хлеб Дарницкий

30

68,4

1,95

0,36

12,03

автрак 2 лет

Булочка "Домашняя"

100

228,2

3,37

7,07

36,8

старше

Вермишель отварная

550

553,46

21,82

20,55

89,88

и старше

Шницель куриный

180

211,1

5,52

5,3

35,33

автрак 2 лет

Чай с лимоном

100

227,25

11,74

15,06

7,38

и старше

Чай с сахаром

210

62,62

0,07

0,01

15,31

автрак 2 лет

Хлеб пшеничный

30

67,8

2,28

0,27

14,91

и старше

Хлеб Дарницкий

30

68,4

1,95

0,36

12,03

автрак 2 лет

Макаронны отварные

550

637,17

21,56

21

84,96

и старше

Котлета "Умка"

180

211,1

5,52

5,3

23,55

автрак 2 лет

Чай с сахаром

100

268,6

12,79

14,34

28,02

и старше

Хлеб Дарницкий

200

48,64

0,12

0

12,4

автрак 2 лет

Соус сметанный с томатом

30

68,4

1,95

0,36

12,03

и старше

Рис припущенный

50

29,29

1,02

2,25

3,85

автрак 2 лет

Курица тушеная в соусе

560

626,03

21,4

22,25

79,85

и старше

Чай с сахаром

180

215,06

3,72

5,45

37,77

автрак 2 лет

Хлеб пшеничный

120

169

12,7

12,4

3,3

и старше

Хлеб Дарницкий

200

48,64

0,12

0

12,4

автрак 2 лет

Хлеб Дарницкий

30

67,8

2,28

0,27

14,91

и старше

Хлеб Дарницкий

30

68,4

1,95

0,36

12,03

автрак 2 лет

Картофельное пюре

560

568,9

20,77

18,48

80,41

и старше

Котлета куриная

200

48,64

0,12

0

12,4

автрак 2 лет

Чай с сахаром

300/08

48,64

0,12

0

14,38

и старше

Хлеб пшеничный

30

67,8

2,28

0,27

14,91

и старше

Хлеб Дарницкий

30

68,4

1,95

0,36

12,03

едедня вторая

Блюдо

Выход

Ккал

Белки

Жиры

Углеводы

Прием пищи

№ рец.

Блюдо

Выход

Ккал

Белки

Жиры

Углеводы



Завтрак	227/08	Макаронны отварные	180	211,1	5,52	5,3	23,55
12 лет	213/08	Курица тушеная в соусе	120	169	12,07	13,4	13,3
и старше	294/08	Чай с лимоном	210	62,62	0,07	0,01	15,31
		Хлеб пшеничный	30	67,8	2,28	0,27	14,91
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Завтрак	ттк/449-96	Плов из куриного филе	570	578,92	21,89	19,34	79,1
12 лет	300/08	Чай с сахаром	220	217,06	15,9	13	31,35
и старше		Хлеб Дарницкий	200	48,64	0,12	0	12,4
		Булочка "Домашняя"	30	68,4	1,95	0,36	12,03
	312/08		100	228,2	4,37	7,07	36,8
Завтрак	241/08	Картофельное пюре	550	562,3	22,34	20,43	92,58
12 лет	178/08	Голубцы ленивые с соусом	180	160,46	3,19	6,06	23,3
и старше	588/96	Компот из кураги	100	95,59	5,9	6,02	28,04
		Хлеб Дарницкий	200	39,8	0,6	0,12	9,7
	07/08	Салат из квашенной капусты	30	68,4	1,95	0,36	12,03
			100	110,6	1,6	10	3,58
Завтрак	227/08	Макаронны отварные	610	474,85	13,24	22,56	76,65
12 лет	200/08	Тефтели из говядины с соусом	180	211,1	5,52	5,3	23,55
и старше	300/08	Чай с сахаром	120	196,04	11,57	13,14	27,86
		Хлеб Дарницкий	200	48,64	0,12	0	12,4
		Помидоры свежие	30	68,4	1,95	0,36	12,03
	246/08		60	23,83	0,66	0,12	2,76
Завтрак	225/08	Рис припущенный	590	548,01	19,82	18,92	78,6
12 лет	ттк103-22	Котлета "Волжская"	180	215,06	3,72	5,45	37,77
и старше	554/96	Соус сметанный с томатом	100	277,7	15,25	13,48	22,3
	300/08	Чай с сахаром	50	29,29	1,02	2,25	3,85
		Хлеб Дарницкий	200	48,64	0,12	0	12,4
			30	68,4	1,95	0,36	12,03
			560	639,09	22,06	21,54	88,35