

ПО столовой при МБОУ «Лицей №5»

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Кккал

Понедельник сентября 2023

1 класс

Горячее бесплатное питание младшие

Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Сыр порциями	20		5,26	5,32		70
Сосиски отварные	50		5,20	7,21	6,40	112
Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом	150/5		5,6	5,98	18,66	151
Компот из замороженной вишни	180		0,10	0,03	10,41	43
Батон	35		2,62	1,01	17,99	92
Итого:	560	66,80	19,26	20,03	65,22	524

2-4 классы

Салат - бар	60		1,56	6,16	7,78	94
Морковь свежая порциями	20					
Капуста белокачанная свежая порциями	20					
Кукуруза консервированная	10					
Сухарики из пшеничного хлеба	5					
Масло растительное	5					
Котлеты "Столичные"	90		8,1	4,05	3,4	83
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5		6,66	9,02	41,91	276
Напитки на выбор:						
Чай с сахаром, лимоном	180/7/5		0,06	0,01	7,34	31
Напиток из замороженной чёрной смородины	180		0,09	0,04	9,64	40
			0,08	0,03	8,49	36
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	525	66,80	18,92	19,62	80,42	580