

ПО столовой при МБОУ «Лицей №5»

Наименование продуктов

Выход Стои-ть Белки Жиры Угл-ды Кккал

Вторник сентября 2023

1 класс

Горячее бесплатное питание младшие

Десерт фруктовый (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47	
Яйцо варёное	1 шт		6,35	5,75	0,35	79	
Макаронные изделия отварные с сыром	150		6,9	8,21	38,2	254	
Чай с сахаром	180/7		0,02		7,19	29	
Творог Детский (ДМК)	1/50		4,00	5,00	1,95	69	
Батон	20		1,5	0,58	10,28	52	
	Итого:	555	66,80	19,17	19,94	67,77	530

2-4 классы

Салат - бар	60		1,62	6,1	6,92	90	
Огурцы свежие порциями	20						
Помидоры свежие порциями	20						
Фасоль консервированная	10						
Сухарики из пшеничного хлеба	5						
Масло растительное	5						
Тефтели из говядины в соусе томатном	60/30		8,6	2,8	10,9	103	
Картофель запечённый	160		4,64	7,71	37,8	239	
Напитки на выбор:							
Чай с молоком	180/7		1,37	0,68	9,35	53	
Напиток из шиповника	180		0,01		9,16	37	
			0,69	0,34	9,26	45	
Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91	
	Итого:	530	66,80	18,07	17,31	83,72	568