

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГАОУ "Лицей №1 им.М.К.Тагирова"

Р.М.Шанибаев

2024г.



Пятидневное меню для платного класса 2024-2025 учебного года

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход г	Пищевые вещества (г)			Энерг.цен. ккал
			Белки	Жиры	Углевод	
1 день						
№280 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели 2015г	Фрикадельки в соусе	55/50	8,33	7,743	31,94	175
№199 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели 2015г	Макаронны отварные	150	3,830	3,350	21,380	140
	Напиток клюквенный	200	0,13	0,05	24,92	100,7
№209 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели	Сосиска в тесте	100	4,9	4,5	0,3	276,3
	Хлеб пшеничный 1/с	50	5,32	0,56	34,44	142,1
	Фрукты свежие	100	0,8	0,8	11,6	88
	Итого в день	705	23,31	17,003	124,58	922,35
2 день						
	Салат из свежих огурцов	60	0,78	1,94	3,87	36
№234 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели 2015г	Котлеты куриные	90	6,45	4,24	7,49	116
№199 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели 2015г	Картофель запечённый	150	2,6	3,4	23,6	188,1
№ 389 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели 2015г	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	64
	Расстегай с яблоком	100	5,6	7,8	48,2	286,1
	Хлеб пшеничный 1/с	50	5,32	0,56	34,44	142,1
	Итого за день	550	21,75	17,94	137,8	832,3
3 день						
№71 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели 2015г	Фрукты свежие	100	0,8	0,8	11,6	88
№260 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели 2015г	Гуляш из говядины	50/75	9,7	9,8	13,3	210,9
№312 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели 2015г	Картофельное пюре	150	3,09	8,2	22	172
№ 389 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели 2015г	Компот из сухофруктов	200	1	0	20,2	64
	Беляши,е рисом и мясом	90	9,1	9,2	29,9	239,3
	Хлеб пшеничный 1/с	50	5,32	0,56	34,44	142,1
	Итого в день	590	29,01	28,56	131,44	916,3

4 день						
	Салат из свежих помидор	60	0,78	1,94	3,87	36
	Котлета домашняя с мясом пыпят	90	9,7	9,8	13,3	210,9
№303 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели 2015г	Каша гречневая вязкая	150	6,66	9	57,5	200
№388 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели 2015г	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	28,8	132,5
	Плюшка с сахаром	100	5,1	7,8	28,5	276
	Хлеб пшеничный 1/с	50	5,32	0,56	34,44	142,1
Итого за день		650	28,26	29,4	166,41	997,5
5 дней						
	Салат зеленый с маслом	60	0,78	1,94	3,87	36
№295 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели 2015г	Тефтели из говядины	60/50	10,24	5,37	19,36	159
№312 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели 2015г	Гороховое пюре	150	3,09	8,2	22	172
№349 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели 2015г	Компот из сухофруктов	200	0	0	19,4	77,4
№15 Сбор.реп. на прод-ию для обуч. во всех образ.учреж-Дели 2015г	Коржик молочный	75	3,42	4,44	0	380
	Хлеб пшеничный 1/с	50	5,32	0,56	34,44	142,1
Итого за день		645	22,85	20,51	99,07	966,5
Итого сумма питания за день:		90,9				