

11.04.2024г.

Утверждаю
 Директор ОБОУ "Лицей-интернат
 №1" г. Курска

Ильюта В.Я.



Школа ОБОУ «Лицей - интернат №1».

12-18

День день

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо	Каша манная молочная	145		230	8,8	16	53
		Яйцо вареное	1		63	5,1	4,6	0,3
	Гор. напиток	Чай с сахаром	200		57	0,2	0,05	15,01
		Хлеб	Хлеб пшеничный	80		113,7	4,62	0,8
		Сыр твердый	10		37	2,3	3	0
		Масло сливочное	15		75	0,1	8,3	0,1
				25,67				
Обед	Закуска	Салат из белокачанной капусты с р.м.	60		127,4	2,38	7,44	38
	1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями	250		144	3,48	3	25,2
		2 блюдо	Котлета рыбная	80		252	11,72	14,9
		Картофельное пюре	150		309,6	7,5	15,27	92,03
	Сладкое	Компот из смеси сухофруктов	200		104	0	0	9,98
	Хлеб	Хлеб ржаной	70		118,3	4	0,75	27,2
				36,05				
Полдник		Сок	200		94	1	0	23,4
		Пудинг из творога	150		328	17	19	89,5
				31,47				
Ужин		Голубцы ленивые (свинина)	150		477,8	35	36	56
		Чай с сахаром	200		57	0,2	0,05	15,01
		Хлеб пшеничный	80		113,7	4,62	0,8	20,6
		Масло сливочное	10		75	0,1	8,3	0,1
		Хлеб ржаной	30		59,25	2	0,37	13,6
				29,88				
Ужин-2		Яблоко	300		138	1,2	0	33,9
		Молоко	200		116	5,6	6,4	9,4
		Печенье	30		120	2,61	2,64	21,27
				38,28				
Всего:				161,35				

Школа ОБОУ «Лицей - интернат №1».

7-11

День день

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо	Каша манная молочная	195		113	7,1	14,6	47,3
		Яйцо вареное	1		63	5,1	4,6	0,3
	Гор. напиток	Чай с сахаром	200		57	0,2	0,05	15,01
		Хлеб	Хлеб пшеничный	100		91	3,7	0,64
		Сыр твердый	10		37	2,3	3	0
		Масло сливочное	15		75	0,1	8,3	0,1
				29,13				
Обед	Закуска	Салат из белокачанной капусты с р.м.	100		84	1,08	7,14	33,38
	1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями	250		120	2,9	2,5	21
		2 блюдо	Котлета рыбная	100		210	9,6	12,4
		Картофельное пюре	80		226	6,14	14,92	88,9
	Сладкое	Компот из смеси сухофруктов	200		104	0	0	9,98
	Хлеб	Хлеб ржаной	100		82,95	2,8	0,52	19,04
				44,44				
Полдник		Сок	200		94	1	0	23,4
		Пудинг из творога	200		218	13	17,07	58,7
				39,7				
Ужин		Голубцы ленивые (свинина)	250		308	22,5	24,7	42,6
		Чай с сахаром	200		57	0,2	0,05	15,01
		Хлеб пшеничный	100		91	3,7	0,64	16,5
		Масло сливочное	10		75	0,1	8,3	0,1
		Хлеб ржаной	50		35,55	1,2	0,22	8,16
				46,27				
Ужин-2		Яблоко	100		138	1,2	0	33,9
		Молоко	200		116	5,6	6,4	9,4
		Печенье	30		120	2,61	2,64	21,27
				21,72				
Всего:				181,26				

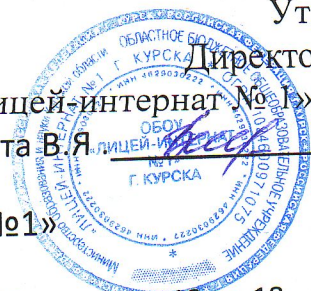
Заведующий производством ОБОУ
 "Лицей-интернат №1" г. Курска
 Медицинская сестра ОБОУ "Лицей-
 интернат №1" г. Курска

Ильюта В.Я.
Кузнецова А.А.

Кобцева З.И.

Кузнецова А.А.

Утверждаю
 Директор ОБОУ
 «Лицей-интернат №1» г.Курска
 Ильюта В.Я.



ОБОУ «Лицей-интернат №1»

11.04.2024

от 7 до 11

от 12 до 18

Наименование	Выход	Цена	Выход	Цена
Завтрак				
Каша манная молочная	1/205	17,00	1/205	17,00
Яйцо вареное	1/40	18,00	1/40	18,00
Чай с сахаром	1/200	3,00	1/200	3,00
Масло сливочное	1/10	12,00	1/10	12,00
Батон (Хлеб пшеничный)	1/80	9,00	1/100	11,00
Итого:		59,00		61,00
Обед				
Салат из свежей капусты	1/60	5,00	1/100	8,00
Суп картофельный с вермишелью	1/250	7,00	1/300	8,00
Котлета рыбная	1/90	26,00	1/100	28,00
Картофельное пюре	1/150	17,00	1/180	20,00
Компот из сухофруктов	1/200	5,00	1/200	5,00
Хлеб(ржаной)	1/50	4,00	1/70	5,00
Итого:		64,00		74,00
Полдник				
Сырники из творога	1/100	46,00	1/150	68,00
Сок	1/200	18,00	1/200	18,00
Итого:		64,00		86,00
Ужин				
Голубцы ленивые	1/170	45,00	1/250	66,00
Чай с сахаром	1/200	3,00	1/200	3,00
Сыр	1/10	10,00	1/10	10,00
Масло сливочное	1/10	12,00	1/10	12,00
Батон (хлеб пшеничный)	1/80	9,00	1/100	11,00
Хлеб (ржаной)	1/30	3,00	1/50	4,00
		82,00		106,00
Второй ужин				
Печенье	1/30	6,00	1/30	6,00
Молоко	1/200	18,00	1/200	18,00
Фрукт(апельсин)	1/200	30,00	1/200	30,00
Итого:		54,00		54,00

Мед.сестра
 Дежурный администратор
 Зав.производством

В.Я. Ильюта
Т.А. Кривошова
Л.А. Петрова