

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

Ильюта В.Я.

Школа ОБОУ "Лицей - интернат №1" г. Курска 7-11 День 5 27.01.2025г

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо	Суп молочный с макарон издел	205		132	4,6	5,3	17,3
	Гор. напиток	Чай с сахаром	200		61,3	0,2	0,1	15
	Хлеб	Хлеб пшеничный	80		170,9	6,1	0,7	37,4
		Сыр твердый	10		37	2,3	3	0
		Йогурт	100		87	5	3,2	8,5
		Масло сливочное	10		75	0,1	8,2	0,1
Обед	Закуска	Икра свекольная	60		40	0,8	1,6	5,6
	1 блюдо	Суп картофельный с горохом	250		142,2	5,6	4,9	18,5
	2 блюдо	Плов	150		205,7	13	7	22,6
	Сладкое	Компот из сухофруктов	200		103,2	0,6	0	25,2
	Хлеб	Хлеб ржаной	50		71	2,8	0,5	14,6
Полдник		Кефир	200		106	5,8	5	8
		Пирожок с яблоком	100		248	5,7	5,1	44,7
Ужин		Рагу из овощей	150		168,7	2,7	11,1	15,5
		Рыба запеченная	90		164,7	9,3	12	4
		Чай с сахаром	200		61,3	0,2	0,1	15
		Хлеб пшеничный	80		170,9	6,1	0,7	37,4
		Масло сливочное	10		75	0,1	8,2	0,1
		Хлеб ржаной	30		49,6	2	0,4	10,3
Ужин-2		Вафли	30		22,7	1	0,8	22,7
		Сок	200		94	1	0	23,4
		Фрукт	200		88	0,8	0,8	19,6
Всего								

Школа ОБОУ "Лицей - интернат №1" г. Курска 12-18 День 5

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо	Суп молочный с макарон издел	205		132	4,6	5,3	17,3
	Гор. напиток	Чай с сахаром	200		61,3	0,2	0,1	15
	Хлеб	Хлеб пшеничный	100		213,6	7,6	0,9	46,7
		Сыр твердый	10		37	2,3	3	0
		Йогурт	100		87	5	3,2	8,5
		Масло сливочное	10		75	0,1	8,2	0,1
Обед	Закуска	Икра свекольная	100		53	1,1	2,2	7,5
	1 блюдо	Суп картофельный с горохом	300		170,6	6,6	5,8	22,2
	2 блюдо	Плов	200		274,4	17,3	9,4	30,4
	Сладкое	Компот из сухофруктов	200		103,2	0,6	0	25,2
	Хлеб	Хлеб ржаной	70		99,2	3,9	0,7	20,5
Полдник		Кефир	200		106	5,8	5	8
		Пирожок с яблоком	150		248	5,7	5,1	44,7
Ужин		Рагу из овощей	200		229,6	3,5	14,8	20,6
		Рыба запеченная	100		205,8	11,5	15	5
		Чай с сахаром	200		61,3	0,2	0,1	15
		Хлеб пшеничный						
		Масло сливочное	10		75	0,1	8,2	0,1
		Хлеб ржаной	50		70,8	2,8	0,5	14,6
Ужин-2		Вафли	30		96	1	0,8	22,7
		Сок	200		94	1	0	23,4
		Фрукт	200		88	0,8	0,8	19,6
Всего								

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

Клюшова Э.И.

Мелконян Е.В.