

Утверждаю  
И.о. директора ОБОУ "Лицей-интернат  
№1" г. Курска

Беседина Л.А.

Школа ОБОУ "Лицей - интернат №1" г. Курска

7-11

8 День

30.01.2025г.

Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор. блюдо	Суп молочный с макарон изд	205		132	9,6	5,3	17,3
	Гор. напиток	Чай с сахаром	200		61,3	0,2	0,1	15
	Хлеб	Хлеб пшеничный	80		112,5	0,1	12,3	0,1
		Масло сливочное	15		170,9	6,1	0,7	17,4
Обед	Закуска	Икра кабачковая	60		66	1,1	4,7	4,6
	1 блюдо	Свекольник со сметаной	250/10		101	2,2	3,5	15
	2 блюдо	Плов	150		205,7	13	7	22,6
	Сладкое	Компот из сухофруктов	200		103,2	0,6	0	25,2
		Сыр твердый	10		37	2,3	3	0
	Хлеб	Хлеб пшеничный	80		170,9	6,1	0,7	17,4
	Хлеб	Хлеб ржаной	50		71	2,8	0,5	14,6
Полдник		Сок	200		94	1	0	23,4
		Будочка	100		197	3,8	6,6	14,5
Ужин		Рыба запеченная	90		164,7	9,3	12,1	4
		Рагу из овощей	150		168,7	2,7	11,1	15,5
		Чай с сахаром	200		61,3	0,2	0,1	15
		Хлеб ржаной	30		49,6	2	0,4	10,3
		Йогурт	100		87	5	3,2	8,5
Ужин-2		Молоко кипяченое	200		123	5,9	6,8	9,9
		Печенье	30		125,1	2,3	3	22,3
		Фрукт						

Школа ОБОУ "Лицей - интернат №1" г. Курска

12-18

День 8

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
		Масло сливочное	15		112,5	0,1	12,3	0,1
Обед	Закуска	Икра кабачковая	100		88	1,4	6,3	6,1
	1 блюдо	Свекольник со сметаной	300/10		121,2	2,6	4,2	18
	2 блюдо	Плов	200		274,4	17,3	9,4	30,4
	Сладкое	Компот из сухофруктов	200		103,2	0,6	0	25,2
		Сыр твердый	10		37	2,3	3	0
	Хлеб	Хлеб пшеничный	100		213,6	7,6	0,9	46,7
	Хлеб	Хлеб ржаной	70		99,2	3,9	0,7	20,5
Полдник		Сок	200		94	1	0	23,4
		Будочка	150		197	3,8	6,6	14,5
Ужин		Рыба запеченная	100		205,8	11,5	15	5
		Рагу из овощей	200		229,6	3,5	14,8	20,6
		Чай с сахаром	200		61,3	0,2	0,1	15
		Хлеб ржаной	50		70,8	2,8	0,5	14,6
		Йогурт	100		87	5	3,2	8,5
Ужин-2		Молоко кипяченое	200		123	5,9	6,8	9,9
		Печенье	30		125,1	2,3	3	22,3
		Фрукт	200		88	0,8	0,8	19,6

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

*Колесниченко*  
Колесниченко З.И.  
*Мельникова*  
Мельникова Е.В.