

Утверждаю
Ген. директор ООО "ПИТСЕРВИС"
Виноградов В.П.

Согласовано

Директор МОУ Лицей №13"
Валиулова И.А.

Ассортимент блюд дополнительного питания МОУ Лицей №13" г.Петрозаводска
действителен с 01.09.2025г.

КБЖУ				Наименование	Выход, гр.	Цена, руб.
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал			
ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА						
1,1	8,8	6,8	111,8	Винегрет овощной с зел.горошком	100/10	55,00
1,1	2,0	8,3	53,8	Салат "Здоровье"	100/1	55,00
3,0	8,4	7,0	116,0	Свекла тертая с яйцом	100/1	55,00
2,7	10,2	10,3	142,8	Салат из белокачанной капусты	100/1	55,00
2,2	11	3,7	122,3	Салат из белокачанной капусты с овощами	100/1	60,00
1,6	6,0	8,2	94,0	Салат из кисло-сладкой капусты	100/1	55,00
1,0	5,2	3,0	62,6	Салат из св.помидоров и огурцов с раст.маслом	100/1	65,00
0,8	2,9	3,1	41,3	Салат из редиса,помидор,огурцов с р.маслом	100/1	65,00
1,5	1,9	6,9	52,1	Салат из моркови с чесноком	100/1	50,00
1,8	2,0	6,5	51,0	Салат из редьки с жареным луком	100/1	55,00
1,9	3,1	4,9	54,8	Салат из струч.фасоли с жарен.луком и морковью	100/1	60,00
5,0	3,3	6,3	75,0	Салат рыбный по-домашнему	100/1	65,00
7,2	4,4	22,8	251,0	Яйцо с гарниром	40/20/20	50,00
0,5	0,5	12,3	59,0	Яблоко печеное	100	45,00
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
5,8	7,0	7,15	115,25	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10/10	65,00
5,9	6,2	12,65	137,95	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10/10	65,00
5,9	7,25	17,0	156,9	Рассольник ленинградский	250/10/10	65,00
8,35	5,75	20,35	166,4	Суп гороховый	250/10	65,00
6,7	3,6	24,1	155,5	Суп картофельный с вермишелью,курой	250/10	65,00
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
16,9	16,4	4,0	232,0	Гуляш мясной	50/50	150,00
13,0	23,4	1,7	268,6	Поджарка мясная	50/15	150,00
15,0	15,5	2,4	209,4	Бефстроганов	50/50	150,00
13,3	12,7	4,0	184,0	Азу по — татарски	50/50	150,00
13,7	13,1	12,4	221,3	Котлета мясная с маслом	75/5	100,00
8,47	10,92	4,55	150,36	Зраза мясная	70/5	95,00
10,2	11,7	13,6	202,5	Тефтели мясные с соусом	60/50	95,00
16,0	11,0	7,0	191,0	Рулет мясной с маслом	100	100,00
14,4	3,2	10,1	126,4	Котлета куриная с маслом	75/5	85,00
29,2	6,2	5,4	194,0	Грудка куриная жареная в сухарях	100	130,00
27,8	4,7	0,6	155,3	Грудка куриная жареная в яйце	100	130,00
7,9	0,7	3,6	51,2	Кура тушеная с морковью	50/50	90,00
16,80	20,2	5,6	272,0	Голубцы с мясом и рисом со сметаной	108/50	130,00
12,2	3,4	6,5	105,2	Рыба жареная в яйце	75	150,00
13,8	0,5	0,85	64,0	Рыба жареная с маслом	75/5	150,00
12,3	6,7	5,7	132,4	Рыба отварная с овощами,маслом	75/10/5	160,00
11,4	1,9	6,9	90,1	Котлета рыбная с маслом	75/5	100,00
16,1	7,5	0,4	134,1	Треска отварная соус польский	50/50	140,00
11,6	2,8	8,6	106,6	Треска под маринадом	50/50	140,00
9,0	18,4	32,4	235,4	Макароны отварные с сыром	150/30	95,00
12,4	12,2	13,9	214,6	Запеканка картофельная с мясом,маслом	100/5	115,00
24,3	26,9	5,1	359	Мясо по-таежному	150	180,00
11,1	18,8	17,2	307,9	Жаркое по — домашнему	200	160,00
16,75	15,75	6,6	236,5	Печень говяжья по-строгановски	50/50	90,00
10,6	16,9	4,4	213,2	Печень жареная	75	90,00
12,75	4,0	10,5	129,75	Оладьи из печени	75	100,00
3,80	2,8	8,6	75,00	Рулет картофельный с овощами	100/1	75,00
13,70	20,2	4,4	257,20	Зраза картофельная с яйцом	100/1	75,00

6,00	3,70	10,8	98,00	Котлета овощная со сметаной	100/20	75,00
5,80	7,3	20,7	172,60	Драники со сметаной	100/20	75,00
14,40	12,5	30,9	295,00	Блины с творогом, сметаной	150/20	95,00
3,20	7,8	17,1	154,00	Шницель капустный	120/1	75,00
ГАРНИР						
3,7	4,8	36,5	203,5	Рис отварной	150	40,00
8,3	6,3	36,0	233,7	Греча отварная	150	40,00
5,4	4,9	32,8	196,8	Макароны отварные	150	40,00
3,7	4,4	14,6	113,5	Капуста свежая тушеная	150	50,00
3,0	6,8	15,0	132,9	Рагу овощное	150	80,00
3,2	5,2	19,8	139,4	Картофельное пюре	150	50,00
4,5	3,9	15	112,5	Капуста цв, брокколи, фас цв отварные	150	80,00
2,55	1,0	12,75	77,7	Хлеб	30	8,00
НАПИТКИ						
0,2	0,0	6,5	26,8	Чай разовый с сахаром	200	15,00
0,2	0,0	0,1	1,4	Чай разовый без сахара	200	10,00
0,3	0,0	6,7	27,9	Чай разовый с лимоном и сахаром	200/10	20,00
0,2	0,0	0,1	1,4	Чай "Гринфилд" без сахара	200	20,00
0,2	0,0	6,5	26,8	Чай "Гринфилд" в ассортименте с сахаром	200	25,00
0,5	0,2	19,5	81,3	Компот в ассортименте	200	40,00
0,1	0,0	14,1	56,8	Кисель в ассортименте	200	40,00
0,0	0,0	12	50,4	Морс ягодный	200	40,00
1,0	0,1	10,1	92,0	Сок в ассортименте	0,2/шт.	40,00
				Вода минеральная	0,5/шт.	40,00
0,1	0,0	0,3	1,6	Лимон порционный	10	5,00

Зав. производством

Авонесова С.К.