

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 01.09.2024г.**

КБЖУ				Наименование	Выход, гр.	Цена, руб.
Белки	Жиры	Углеводы	Ккал			
ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА						
1,1	8,8	6,8	111,8	Винегрет овощной	100/10	55,00
5,0	3,3	6,3	75,0	Салат рыбный по-домашнему	100/1	55,00
1,3	4,5	7,7	76,0	Салат из свеклы отварной	100/1	40,00
2,7	8,2	10,3	124,8	Салат из белокочанной капусты	100/1	50,00
2,7	6,8	2,7	83,3	Салат из белокочанной капусты с овощами	100/1	55,00
1	8,2	7,2	123,7	Салат из моркови и яблок	100/1	45,00
1,0	5,2	3,0	62,6	Салат из св.помидоров и огурцов с раст.маслом	100/1	55,00
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
5,8	7,0	7,15	115,25	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10/10	60,00
5,9	6,2	12,65	137,95	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10/10	60,00
5,9	7,25	17,0	156,9	Рассольник ленинградский	250/10/10	60,00
8,35	5,75	20,35	166,4	Суп гороховый	250/10	60,00
6,7	3,6	24,1	155,5	Суп картофельный с вермишелью,курой	250/10	60,00
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
14,8	15,2	4,8	216,2	Гуляш мясной	50/50	140,00
13,3	12,7	4,0	184,1	Азу	50/50	140,00
13,7	13,1	12,4	221,3	Котлета мясная с маслом	75/5	95,00
10,2	11,7	13,6	202,5	Тефтели из говядины с рисом с соусом	60/50	90,00
14,4	3,2	10,1	126,4	Котлета куриная с маслом	75/5	75,00
16,9	6,8	5,3	151,8	Кура тушеная с морковью	50/50	80,00
13,8	0,5	0,85	64,0	Треска жареная с маслом	75/5	100,00
12,3	6,7	5,7	132,4	Рыба припущенная	75	120,00
11,4	1,9	6,9	135,1	Котлета рыбная	75	80,00
8,4	12,1	2,2	150,3	Омлет натуральный	100	75,00
14,13	2,38	1,13	144,75	Кура отварная	100	80,00
11,1	18,8	17,2	307,9	Жаркое по — домашнему	200	100,00
16,75	15,75	6,6	236,5	Печень говяжья по-строгановски	50/50	85,00
13,8	7,1	14,4	180,8	Запеканка творожная	100/1	95,00
ГАРНИР						
3,7	4,8	36,5	203,5	Рис отварной	150	35,00
8,3	6,3	36,0	233,7	Греча отварная	150	35,00
5,4	4,9	32,8	196,8	Макароны отварные	150	35,00
3,7	4,4	14,6	113,5	Капуста свежая тушеная	150	45,00
3,0	6,8	15,0	132,9	Рагу овощное	150	75,00
3,2	5,2	19,8	139,4	Картофельное пюре	150	40,00
4,5	3,9	15	112,5	Капуста цв,брокколи,фас цв отварные	150	75,00
2,55	1,0	12,75	77,7	Хлеб	30	7,00
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.