

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
50	Горох консервированный	кКал-20, Бел-2, Угл-3	=
60	Горох консервированный	кКал-24, Бел-2, Угл-4	=
200	Картофельное пюре	кКал-88, Бел-2, Жир-2, Угл-14	29-64
75	Рыба жареная соусом	кКал-218, Бел-20, Жир-5, Угл-4	39-92
120	Рыба жареная соусом	кКал-349, Бел-32, Жир-8, Угл-7	51-39
40	Хлеб пшеничный		2-50
50	Хлеб пшеничный		3-13
200	Чай с молоком		1-94
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	=
Итого за Завтрак 1		кКал-878, Бел-66, Жир-19, Угл-61	128-52
<u>Обед</u>			
60	Огурцы консервированные	кКал-13, Бел-1, Угл-2	11-72
250	Борщ с капустой и картофелем	кКал-55, Бел-1, Жир-1, Угл-10	19-46
300	Борщ с капустой и картофелем	кКал-66, Бел-2, Жир-1, Угл-12	23-21
110	Рулет из говядины паровой с соусом	кКал-131, Бел-18, Жир-6, Угл-7	47-09
200	Макаронны отварные с овощами	кКал-86, Бел-2, Жир-8	12-25
60	Хлеб пшеничный		3-76
200	Компот из свежих плодов (вишня)	кКал-43, Угл-10	12-68
200	Компот из свежих плодов (вишня)	кКал-43, Угл-10	12-68
Итого за Обед		кКал-436, Бел-25, Жир-17, Угл-50	142-85
Итого за день		кКал-1314, Бел-91, Жир-36, Угл-111	271-37

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

