

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1</u></b>			
100	<b>Огурцы свежие</b>	кКал-14, Бел-1, Угл-3	<b>19-08</b>
200	<b>Макаронны, запеченные с сыром</b>	кКал-371, Бел-12, Жир-17, Угл-38	<b>36-71</b>
200	<b>Компот из свежих плодов или ягод (клюква)</b>	кКал-37, Угл-9	<b>14-14</b>
40	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>2-62</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>3-27</b>
200	<b>Яблоки</b>	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20	<b>=</b>
200	<b>Питьевая вода</b>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	<b>=</b>
<b>Итого за Завтрак 1</b>		<b>кКал-696, Бел-22, Жир-21, Угл-98</b>	<b>75-82</b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Винегрет овощной</b>	кКал-129, Бел-2, Жир-10, Угл-7	<b>11-93</b>
250	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b>	кКал-68, Бел-2, Жир-3, Угл-8	<b>13-93</b>
300	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b>	кКал-82, Бел-2, Жир-4, Угл-9	<b>16-68</b>
100	<b>Кнели говяжьи с рисом</b>	кКал-218, Бел-11, Жир-18, Угл-3	<b>68-24</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	кКал-259, Бел-8, Жир-8, Угл-37	<b>15-24</b>
200	<b>Сок</b>	кКал-50, Угл-11	<b>20-78</b>
60	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>3-92</b>
<b>Итого за Обед</b>		<b>кКал-805, Бел-24, Жир-44, Угл-75</b>	<b>150-72</b>
<b>Итого за день</b>		<b>кКал-1 501, Бел-46, Жир-65, Угл-173</b>	<b>226-54</b>

Директор  
школы

Воробьев В.А.

Технолог  
пищеблока

Григорян С.С.

