

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
210	<i>Плов из отварной птицы</i>	кКал-210, Бел-10, Жир-10, Угл-19	68-06
250	<i>Плов из отварной птицы</i>	кКал-250, Бел-12, Жир-12, Угл-22	80-43
150	<i>Чай с молоком</i>		5-65
200	<i>Чай с молоком</i>		7-54
40	<i>Хлеб пшеничный</i>		2-47
60	<i>Хлеб пшеничный</i>		3-71
200	<i>Питьевая вода</i>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	3-60
Итого за Завтрак 1		кКал-639, Бел-31, Жир-26, Угл-69	171-46
<u>Обед</u>			
80	<i>Салат огурцы консервированные с луком</i>	кКал-10, Бел-1, Угл-1	17-08
100	<i>Салат огурцы консервированные с луком</i>	кКал-13, Бел-1, Угл-2	40-91
250	<i>Суп картофельный с горохом</i>	кКал-123, Бел-4, Жир-2, Угл-22	10-35
300	<i>Суп картофельный с горохом</i>	кКал-148, Бел-4, Жир-3, Угл-26	12-41
75	<i>Котлета из говядины с овощами</i>	кКал-67, Бел-5, Жир-4, Угл-3	48-07
100	<i>Котлета из говядины с овощами</i>	кКал-90, Бел-7, Жир-5, Угл-5	64-09
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая,</i>	кКал-311, Бел-10, Жир-18, Угл-26	10-92
200	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	кКал-345, Бел-11, Жир-11, Угл-49	13-49
60	<i>Хлеб пшеничный</i>		3-71
200	<i>Компот из свежих плодов или ягод (клюква)</i>	кКал-37, Угл-9	13-98
200	<i>Компот из свежих плодов или ягод (клюква)</i>	кКал-37, Угл-9	13-98
Итого за Обед		кКал-1 181, Бел-43, Жир-44, Угл-151	248-99
Итого за день		кКал-1 820, Бел-74, Жир-70, Угл-221	420-45

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

