

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
150	<i>Плов из отварной птицы</i>	кКал-150, Бел-7, Жир-7, Угл-13	65-75
210	<i>Плов из отварной птицы</i>	кКал-210, Бел-10, Жир-10, Угл-19	73-13
150	<i>Чай с молоком</i>		1-46
200	<i>Чай с молоком</i>		1-94
50	<i>Бутерброды с мясными гастрономическими продуктами(колбаса)</i>	кКал-69, Бел-4, Жир-3, Угл-7	23-69
100	<i>Мандарин</i>	кКал-38, Бел-1, Угл-8	=
200	<i>Питьевая вода</i>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	=
Итого за Завтрак 1		кКал-647, Бел-30, Жир-24, Угл-75	165-97
<u>Обед</u>			
80	<i>Салат огурцы консервированные с луком</i>	кКал-10, Бел-1, Угл-1	17-09
100	<i>Салат огурцы консервированные с луком</i>	кКал-13, Бел-1, Угл-2	21-38
250	<i>Суп картофельный</i>	кКал-17, Бел-1, Жир-1, Угл-1	16-66
300	<i>Суп картофельный</i>	кКал-20, Бел-1, Жир-1, Угл-2	20-19
75	<i>Котлета из говядины с овощами</i>	кКал-67, Бел-5, Жир-4, Угл-3	55-44
100	<i>Котлета из говядины с овощами</i>	кКал-90, Бел-7, Жир-5, Угл-5	74-40
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая,</i>	кКал-311, Бел-10, Жир-18, Угл-26	12-90
200	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	кКал-345, Бел-11, Жир-11, Угл-49	16-17
60	<i>Хлеб пшеничный</i>		3-77
200	<i>Компот из свежих плодов или ягод (клюква)</i>	кКал-37, Угл-9	14-15
200	<i>Компот из свежих плодов или ягод (клюква)</i>	кКал-37, Угл-9	14-15
Итого за Обед		кКал-947, Бел-36, Жир-40, Угл-107	266-30
Итого за день		кКал-1 594, Бел-67, Жир-64, Угл-183	432-27

Директор школы

Воробьев В.А.

Технолог пищеблока

Григорян С.С.

