

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1</u></b>			
200	<b>Запеканка рисовая с творогом</b>	кКал-174, Бел-3, Жир-4, Угл-29	=
220	<b>Запеканка рисовая с творогом</b>	кКал-191, Бел-4, Жир-5, Угл-32	=
200	<b>Чай с молоком</b>		=
15/20/5	<b>Бутерброд с джемом</b>	кКал-141, Бел-2, Жир-8, Угл-15	=
200	<b>Питьевая вода</b>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	=
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-687, Бел-18, Жир-20, Угл-105	=
<b><u>Обед</u></b>			
80	<b>Салат картофельный с огурцами с маслом растительным</b>	кКал-19, Бел-1, Угл-2	=
100	<b>Салат картофельный с огурцами с маслом растительным</b>	кКал-24, Бел-2, Угл-3	=
250	<b>Свекольник</b>	кКал-61, Бел-2, Жир-3, Угл-4	=
300	<b>Свекольник</b>	кКал-73, Бел-3, Жир-4, Угл-4	=
100	<b>Фрикадельки мясные паровые собственного производства</b>	кКал-182, Бел-14, Жир-10, Угл-7	=
120	<b>Фрикадельки мясные паровые собственного производства</b>	кКал-218, Бел-17, Жир-13, Угл-9	=
150	<b>Каша перловая рассыпчатая</b>	кКал-1 063, Бел-43, Жир-11, Угл-197	=
200	<b>Каша перловая рассыпчатая</b>	кКал-1 417, Бел-58, Жир-15, Угл-263	=
60	<b>Хлеб пшеничный</b>		=
200	<b>Сок</b>	кКал-50, Угл-11	=
<b>Итого за Обед</b>		кКал-3 105, Бел-140, Жир-57, Угл-499	=
<b>Итого за день</b>		кКал-3 792, Бел-157, Жир-77, Угл-604	=

Директор школы  Воробьев В. А.

Технолог пищеблока  Григорян С. С.

