

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
200/5	Каша рисовая жидкая молочная	кКал-223, Бел-5, Жир-8, Угл-33	15-02
250/5	Каша рисовая жидкая молочная	кКал-277, Бел-7, Жир-9, Угл-41	18-68
200	Какао с молоком	кКал-140, Бел-3, Жир-3, Угл-25	9-72
20/20	Бутерброды с мясными гастрономическими продуктами(колбаса)	кКал-55, Бел-3, Жир-2, Угл-6	33-17
50	Бутерброды с мясными гастрономическими продуктами(колбаса)	кКал-69, Бел-4, Жир-3, Угл-7	33-80
100	Яблоки	кКал-47, Угл-10	=
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	6-62
Итого за Завтрак 1		кКал-991, Бел-30, Жир-29, Угл-150	117-01
<u>Обед</u>			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным	кКал-41, Бел-1, Жир-3, Угл-2	19-63
250	Суп с макаронными изделиями и картофелем	кКал-94, Бел-2, Жир-3, Угл-14	22-63
300	Суп с макаронными изделиями и картофелем	кКал-112, Бел-2, Жир-4, Угл-17	27-16
150	Рагу из овощей	кКал-122, Бел-2, Жир-7, Угл-12	17-32
200	Рагу из овощей	кКал-162, Бел-2, Жир-10, Угл-16	23-09
100	Мясо тушеное(говядина)	кКал-123, Бел-23, Жир-3, Угл-1	67-65
60	Хлеб пшеничный		3-77
70	Хлеб пшеничный		4-40
200	Кисель	кКал-40, Угл-10	4-96
200	Кисель из плодов или ягод	кКал-125, Угл-30	6-36
Итого за Обед		кКал-820, Бел-32, Жир-31, Угл-102	196-97
Итого за день		кКал-1 811, Бел-62, Жир-59, Угл-252	313-98

Директор школы _____
Воробьев В.А.

Технолог пищеблока _____
Григорян С.С.

