

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак I</u>			
200	<i>Рагу из овощей</i>	кКал-203, Бел-3, Жир-12, Угл-20	61-54
250	<i>Рагу из овощей</i>	кКал-254, Бел-4, Жир-15, Угл-25	76-93
200	<i>Компот из смеси сухофруктов (Вариант II)</i>	кКал-68, Жир-2, Угл-17	5-85
15/15/5	<i>Бутерброд с сыром</i>	кКал-82, Бел-2, Жир-4, Угл-10	22-59
100	<i>Апельсин</i>	кКал-43, Бел-1, Угл-8	18-57
200	<i>Питьевая вода</i>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	3-63
Итого за Завтрак I		кКал-830, Бел-17, Жир-37, Угл-108	189-11
<u>Обед</u>			
80	<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	кКал-68, Бел-3, Жир-4, Угл-6	7-42
100	<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	кКал-85, Бел-3, Жир-4, Угл-8	9-46
250	<i>Суп-лапша домашняя</i>	кКал-43, Жир-4, Угл-2	16-25
300	<i>Суп-лапша домашняя</i>	кКал-52, Жир-5, Угл-2	21-66
250	<i>Плов с мясом</i>	кКал-312, Бел-17, Жир-15, Угл-26	80-28
60	<i>Хлеб пшеничный</i>		3-91
200	<i>Кисель из плодов или ягод</i>	кКал-125, Угл-30	4-62
Итого за Обед		кКал-684, Бел-24, Жир-32, Угл-74	143-60
Итого за день		кКал-1 514, Бел-41, Жир-69, Угл-182	332-71

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

