

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
200	Запеканка морковня с творогом	кКал-131, Бел-3, Жир-3, Угл-22	73-15
250	Запеканка морковня с творогом	кКал-163, Бел-3, Жир-4, Угл-27	78-92
15/20/5	Бутерброд с джемом	кКал-141, Бел-2, Жир-8, Угл-15	13-03
15/20/5	Бутерброд с джемом	кКал-141, Бел-2, Жир-8, Угл-15	13-03
200	Чай с лимоном	кКал-34, Угл-8	4-70
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	3-60
Итого за Завтрак 1		кКал-790, Бел-19, Жир-27, Угл-116	186-43
<u>Обед</u>			
100	Салат из капусты белокочанной с морковью	кКал-135, Бел-1, Жир-10, Угл-9	10-92
250	Свекольник	кКал-61, Бел-2, Жир-3, Угл-4	22-00
300	Свекольник	кКал-73, Бел-3, Жир-4, Угл-4	26-28
100	Фрикадельки мясные паровые собственного производства	кКал-182, Бел-14, Жир-10, Угл-7	47-88
150	Каша перловая рассыпчатая	кКал-1 063, Бел-43, Жир-11, Угл-197	6-59
200	Каша перловая рассыпчатая	кКал-1 417, Бел-58, Жир-15, Угл-263	8-78
60	Хлеб пшеничный		3-72
200	Сок	кКал-50, Угл-11	19-98
Итого за Обед		кКал-2 979, Бел-121, Жир-54, Угл-495	146-15
Итого за день		кКал-3 770, Бел-140, Жир-81, Угл-611	332-58

Директор школы  Воробьев В.А.

Технолог пищеблока  Григорян С.С.

