

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	22-06
250	Запеканка морковня с творогом	кКал-163, Бел-3, Жир-4, Угл-27	26-89
40/10	Бутерброд с маслом	кКал-137, Бел-3, Жир-7, Угл-16	19-27
50/10	Бутерброд с маслом	кКал-165, Бел-3, Жир-8, Угл-20	27-92
200	Чай с молоком		1-95
200	Яблоки	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20	=
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	3-09
Итого за Завтрак 1		кКал-870, Бел-20, Жир-26, Угл-134	101-18
<u>Обед</u>			
100	Салат из капусты белокачанной с морковью	кКал-135, Бел-1, Жир-10, Угл-9	10-73
250	Свекольник	кКал-61, Бел-2, Жир-3, Угл-4	17-41
300	Свекольник	кКал-73, Бел-3, Жир-4, Угл-4	20-91
Фрикадельки мясные паровые собственного производства			
100		кКал-182, Бел-14, Жир-10, Угл-7	50-08
150	Каша перловая рассыпчатая	кКал-1 063, Бел-43, Жир-11, Угл-197	6-50
200	Каша перловая рассыпчатая	кКал-1 417, Бел-58, Жир-15, Угл-263	8-67
60	Хлеб пшеничный		3-92
200	Сок	кКал-50, Угл-11	19-98
Итого за Обед		кКал-2 979, Бел-121, Жир-54, Угл-495	138-20
Итого за день		кКал-3 849, Бел-142, Жир-81, Угл-629	239-38

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

