

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
205	<i>Каша манная жидкая молочная</i>	кКал-222, Бел-6, Жир-8, Угл-32	14-17
250	<i>Каша манная жидкая молочная</i>	кКал-271, Бел-8, Жир-9, Угл-39	17-27
50	<i>Хлеб пшеничный</i>		3-25
60	<i>Хлеб пшеничный</i>		3-90
200	<i>Какао с молоком</i>	кКал-140, Бел-3, Жир-3, Угл-25	9-75
50/10/2 5	<i>Сыр</i>	кКал-279, Бел-10, Жир-16, Угл-25	18-72
200	<i>Питьевая вода</i>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	3-60
Итого за Завтрак 1		кКал-1 092, Бел-35, Жир-39, Угл-149	70-66
<u>Обед</u>			
100	<i>Салат из свежих огурцов с растительным маслом</i>	кКал-121, Бел-1, Жир-12, Угл-2	18-38
250	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	кКал-55, Бел-1, Жир-1, Угл-10	23-08
300	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	кКал-66, Бел-2, Жир-1, Угл-12	27-71
150	<i>Картофельное пюре</i>	кКал-66, Бел-2, Жир-2, Угл-11	22-86
200	<i>Картофельное пюре</i>	кКал-88, Бел-2, Жир-2, Угл-14	30-48
100	<i>Рыба (филе), тушеная в томате с овощами</i>	кКал-132, Бел-9, Жир-5, Угл-4	26-26
60	<i>Хлеб пшеничный</i>		3-90
200	<i>Компот из плодов или ягод сушеных (курага)</i>	кКал-32, Угл-8	13-48
Итого за Обед		кКал-557, Бел-17, Жир-24, Угл-60	166-15
Итого за день		кКал-1 650, Бел-51, Жир-62, Угл-209	236-81

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

