

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
60	Икра кабачковая (консервированная)	кКал-119, Бел-2, Жир-9, Угл-8	=
150	Каша гречневая рассыпчатая,	кКал-311, Бел-10, Жир-18, Угл-26	10-35
150	Каша гречневая рассыпчатая	кКал-259, Бел-8, Жир-8, Угл-37	11-83
80	Печень по-строгановски	кКал-127, Бел-10, Жир-7, Угл-5	39-45
40	Хлеб пшеничный		2-60
50	Хлеб пшеничный		3-25
200	Кофейный напиток с молоком	кКал-70, Бел-2, Жир-2, Угл-10	7-40
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	3-09
Итого за Завтрак 1		кКал-1 066, Бел-41, Жир-48, Угл-115	77-97
<u>Обед</u>			
60	Огурцы консервированные	кКал-13, Бел-1, Угл-2	11-73
250	Рассольник ленинградский с крупой	кКал-119, Бел-2, Жир-4, Угл-17	18-84
300	Рассольник ленинградский с крупой	кКал-142, Бел-3, Жир-5, Угл-21	22-60
55	Сосиски отварные	кКал-124, Бел-6, Жир-11	=
200	Капуста тушеная.	кКал-73, Бел-2, Жир-4, Угл-5	80-16
220	Капуста тушеная.	кКал-80, Бел-2, Жир-4, Угл-5	88-18
60	Хлеб пшеничный		3-90
40	Бутерброд с джемом	кКал-141, Бел-2, Жир-8, Угл-15	=
15/20/5	Бутерброд с джемом	кКал-141, Бел-2, Жир-8, Угл-15	=
200	Кисель из плодов или ягод	кКал-125, Угл-30	3-18
Итого за Обед		кКал-959, Бел-20, Жир-45, Угл-110	228-59
Итого за день		кКал-2 024, Бел-61, Жир-93, Угл-225	306-56

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

