

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
205	Каша манная жидкая молочная	кКал-222, Бел-6, Жир-8, Угл-32	14-17
250	Каша манная жидкая молочная	кКал-271, Бел-8, Жир-9, Угл-39	17-28
50	Хлеб пшеничный		3-26
60	Хлеб пшеничный		3-91
200	Какао с молоком	кКал-140, Бел-3, Жир-3, Угл-25	9-75
40	Яйца вареные	кКал-63, Бел-5, Жир-5	9-00
200	Апельсин	кКал-86, Бел-2, Угл-16	=
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	3-63
Итого за Завтрак 1		кКал-962, Бел-32, Жир-28, Угл-141	61-00
<u>Обед</u>			
100	Помидоры свежие	кКал-24, Бел-1, Угл-4	21-24
250	Борщ с капустой и картофелем	кКал-55, Бел-1, Жир-1, Угл-10	23-49
300	Борщ с капустой и картофелем	кКал-66, Бел-2, Жир-1, Угл-12	28-16
150	Картофельное пюре	кКал-66, Бел-2, Жир-2, Угл-11	22-62
200	Картофельное пюре	кКал-88, Бел-2, Жир-2, Угл-14	30-16
100	Рыба (филе), тушеная в томате с овощами	кКал-132, Бел-9, Жир-5, Угл-4	14-52
60	Хлеб пшеничный		3-91
200	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	кКал-32, Угл-8	11-93
Итого за Обед		кКал-461, Бел-17, Жир-12, Угл-62	156-03
Итого за день		кКал-1 423, Бел-49, Жир-40, Угл-202	217-03

Директор
школы

Воробьев В. А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

