

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
200	<i>Плов из отварной птицы</i>	кКал-200, Бел-10, Жир-10, Угл-18	56-92
250	<i>Плов из отварной птицы</i>	кКал-250, Бел-12, Жир-12, Угл-22	68-66
200	<i>Чай с лимоном</i>	кКал-34, Угл-8	4-16
60	<i>Огурцы консервированные</i>	кКал-13, Бел-1, Угл-2	11-67
100	<i>Огурцы консервированные</i>	кКал-22, Бел-1, Угл-3	19-44
60	<i>Хлеб пшеничный</i>		3-91
200	<i>Питьевая вода</i>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	3-62
Итого за Завтрак 1		кКал-698, Бел-32, Жир-26, Угл-81	168-38
<u>Обед</u>			
100	<i>Салат из капусты белокочанной с помидорами и огурцами</i>	кКал-135, Бел-1, Жир-10, Угл-9	14-44
250	<i>Суп картофельный</i>	кКал-17, Бел-1, Жир-1, Угл-1	19-93
300	<i>Суп картофельный</i>	кКал-20, Бел-1, Жир-1, Угл-2	23-92
200	<i>Запеканка картофельная с мясом</i>	кКал-401, Бел-18, Жир-19, Угл-39	75-37
250	<i>Запеканка картофельная с мясом</i>	кКал-501, Бел-22, Жир-24, Угл-48	94-20
60	<i>Хлеб пшеничный</i>		3-91
200	<i>Компот из свежих плодов или ягод (клюква)</i>	кКал-37, Угл-9	13-50
Итого за Обед		кКал-1 110, Бел-43, Жир-56, Угл-108	245-27
Итого за день		кКал-1 808, Бел-75, Жир-81, Угл-189	413-65

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

