

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
50	Горох консервированный	кКал-20, Бел-2, Угл-3	11-25
60	Горох консервированный	кКал-24, Бел-2, Угл-4	13-50
200	Картофельное пюре	кКал-88, Бел-2, Жир-2, Угл-14	30-01
70	Сельдь с луком	кКал-45, Бел-3, Жир-3, Угл-1	35-82
100	Сельдь с луком	кКал-64, Бел-5, Жир-4, Угл-2	38-60
40	Хлеб пшеничный		2-61
50	Хлеб пшеничный		3-26
200	Чай с молоком		1-96
100	Апельсин	кКал-43, Бел-1, Угл-8	=
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	3-62
Итого за Завтрак 1		кКал-464, Бел-22, Жир-13, Угл-61	140-63
<u>Обед</u>			
100	Огурец	кКал-11, Бел-1	2-66
250	Суп картофельный с горохом	кКал-123, Бел-4, Жир-2, Угл-22	10-57
300	Суп картофельный с горохом	кКал-148, Бел-4, Жир-3, Угл-26	12-67
120	Бифштекс паровой	кКал-204, Бел-12, Жир-13, Угл-9	54-42
150	Рис отварной	кКал-107, Бел-2, Жир-3, Угл-15	8-96
200	Рис отварной	кКал-143, Бел-2, Жир-4, Угл-19	11-95
200	Компот из смеси сухофруктов (Вариант II)	кКал-68, Жир-2, Угл-17	5-92
60	Хлеб пшеничный		3-91
Итого за Обед		кКал-804, Бел-25, Жир-28, Угл-107	111-06
Итого за день		кКал-1 268, Бел-47, Жир-41, Угл-168	251-69

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

