

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак I</u>			
205	<i>Каша пшенинная жидкая молочная</i>	кКал-1 281, Бел-39, Жир-43, Угл-183	14-38
250/5	<i>Каша пшенинная жидкая молочная</i>	кКал-1 594, Бел-48, Жир-54, Угл-228	17-88
40/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	кКал-141, Бел-3, Жир-7, Угл-17	38-69
60/30	<i>Бутерброд с сыром</i>	кКал-212, Бел-4, Жир-10, Угл-25	58-01
200	<i>Какао с молоком</i>	кКал-140, Бел-3, Жир-3, Угл-25	8-52
115	<i>Йогурт</i>	кКал-72, Бел-6, Жир-4, Угл-4	=
200	<i>Питьевая вода</i>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	3-09
Итого за Завтрак I		кКал-3 621, Бел-110, Жир-124, Угл-511	140-57
<u>Обед</u>			
100	<i>Салат из моркови с изюмом</i>	кКал-96, Бел-1, Жир-3, Угл-16	9-03
250	<i>Суп-лапша домашняя</i>	кКал-43, Жир-4, Угл-2	19-34
300	<i>Суп-лапша домашняя</i>	кКал-52, Жир-5, Угл-2	23-21
185	<i>Жаркое по-домашнему</i>	кКал-308, Бел-20, Жир-18, Угл-17	67-32
250	<i>Жаркое по-домашнему</i>	кКал-416, Бел-27, Жир-24, Угл-23	90-96
60	<i>Хлеб пшеничный</i>		3-89
200	<i>Компот из смеси сухофруктов (Вариант II)</i>	кКал-68, Жир-2, Угл-17	4-84
200	<i>Яблоки</i>	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20	=
Итого за Обед		кКал-1 076, Бел-51, Жир-55, Угл-96	218-59
Итого за день		кКал-4 696, Бел-161, Жир-179, Угл-607	359-16

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

