

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1</u></b>			
200/5	<b>Каша манная жидкая молочная</b>	кКал-222, Бел-6, Жир-8, Угл-32	<b>12-99</b>
250/5	<b>Каша манная жидкая молочная</b>	кКал-276, Бел-8, Жир-9, Угл-40	<b>16-26</b>
200	<b>Какао с молоком</b>	кКал-140, Бел-3, Жир-3, Угл-25	<b>9-71</b>
50	<b>Бутерброды с мясными гастрономическими продуктами(колбаса)</b>	кКал-69, Бел-4, Жир-3, Угл-7	<b>25-51</b>
100	<b>Йогурт</b>	кКал-63, Бел-5, Жир-3, Угл-4	<b>=</b>
200	<b>Питьевая вода</b>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	<b>=</b>
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-951, Бел-34, Жир-29, Угл-136	<b>64-47</b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Помидоры свежие</b>	кКал-24, Бел-1, Угл-4	<b>=</b>
250	<b>Суп с клецками</b>	кКал-16, Жир-1, Угл-2	<b>19-92</b>
300	<b>Суп с клецками</b>	кКал-20, Жир-1, Угл-2	<b>23-70</b>
110	<b>Рулет из говядины паровой с соусом</b>	кКал-131, Бел-18, Жир-6, Угл-7	<b>45-01</b>
200	<b>Рагу из овощей</b>	кКал-162, Бел-2, Жир-10, Угл-16	<b>22-09</b>
250	<b>Рагу из овощей</b>	кКал-203, Бел-3, Жир-12, Угл-20	<b>27-62</b>
200	<b>Компот из плодов или ягод сушеных (курага)</b>	кКал-32, Угл-8	<b>6-21</b>
200	<b>Компот из плодов сухих (курага)</b>	кКал-42, Бел-1, Угл-12	<b>6-34</b>
60	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>3-74</b>
100	<b>Апельсин</b>	кКал-43, Бел-1, Угл-8	<b>=</b>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-673, Бел-27, Жир-31, Угл-78	<b>154-63</b>
<b>Итого за день</b>		кКал-1 624, Бел-60, Жир-60, Угл-214	<b>219-10</b>

Директор школы  Воробьев В.А.

Технолог пищеблока  Григорян С.С.

