

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 рисовая жидкая молочная</b>	кКал-223, Бел-5, Жир-8, Угл-33	<b>15-02</b>
250/5	<b>Каша рисовая жидкая молочная</b>	кКал-277, Бел-7, Жир-9, Угл-41	<b>18-68</b>
200	<b>Какао с молоком</b>	кКал-140, Бел-3, Жир-3, Угл-25	<b>9-71</b>
60/30	<b>Бутерброд с сыром</b>	кКал-226, Бел-7, Жир-14, Угл-17	<b>21-78</b>
35/10/5	<b>Бутерброд с маслом и сыром</b>	кКал-154, Бел-5, Жир-7, Угл-17	<b>21-78</b>
200	<b>Питьевая вода</b>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	<b>=</b>
100	<b>Яблоки</b>	кКал-47, Угл-10	<b>=</b>
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-1 247, Бел-36, Жир-45, Угл-172	<b>86-97</b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным</b>	кКал-41, Бел-1, Жир-3, Угл-2	<b>11-77</b>
250	<b>Суп с макаронными изделиями и картофелем</b>	кКал-94, Бел-2, Жир-3, Угл-14	<b>22-47</b>
300	<b>Суп с макаронными изделиями и картофелем</b>	кКал-112, Бел-2, Жир-4, Угл-17	<b>26-95</b>
150	<b>Рагу из овощей</b>	кКал-122, Бел-2, Жир-7, Угл-12	<b>17-27</b>
200	<b>Рагу из овощей</b>	кКал-162, Бел-2, Жир-10, Угл-16	<b>23-04</b>
100	<b>Мясо тушеное(говядина)</b>	кКал-123, Бел-23, Жир-3, Угл-1	<b>64-64</b>
60	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>3-74</b>
70	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>4-37</b>
200	<b>Кисель</b>	кКал-40, Угл-10	<b>4-96</b>
200	<b>Кисель из плодов или ягод</b>	кКал-125, Угл-30	<b>6-36</b>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-820, Бел-32, Жир-31, Угл-102	<b>185-57</b>
<b>Итого за день</b>		кКал-2 066, Бел-68, Жир-75, Угл-273	<b>272-54</b>

Директор  
школы

Воробьев В.А.

Технолог  
 пищеблока

Григорян С.С.

