

МЕНЮ ,,,,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
205	Каша пшеничная жидкая молочная	кКал-1 281, Бел-39, Жир-43, Угл-183	17-37
250/5	Каша пшеничная жидкая молочная	кКал-1 594, Бел-48, Жир-54, Угл-228	21-59
40/20	Бутерброд с сыром	кКал-141, Бел-3, Жир-7, Угл-17	18-94
60/30	Бутерброд с сыром	кКал-212, Бел-4, Жир-10, Угл-25	27-42
200	Какао с молоком	кКал-140, Бел-3, Жир-3, Угл-25	11-08
115	Йогурт	кКал-72, Бел-6, Жир-4, Угл-4	40-51
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	3-54
Итого за Завтрак 1		кКал-3 621, Бел-110, Жир-124, Угл-511	140-45
<u>Обед</u>			
80	Салат из моркови с изюмом	кКал-77, Бел-1, Жир-2, Угл-13	9-04
100	Салат из моркови с изюмом	кКал-96, Бел-1, Жир-3, Угл-16	8-01
250	Суп-лапша домашняя	кКал-43, Жир-4, Угл-2	20-97
300	Суп-лапша домашняя	кКал-52, Жир-5, Угл-2	26-25
200	Жаркое по-домашнему	кКал-333, Бел-22, Жир-19, Угл-19	88-58
250	Жаркое по-домашнему	кКал-416, Бел-27, Жир-24, Угл-23	110-76
60	Хлеб пшеничный		4-00
200	Компот из смеси сухофруктов (Вариант II)	кКал-68, Жир-2, Угл-17	7-52
Итого за Обед		кКал-1 083, Бел-53, Жир-58, Угл-90	275-13
Итого за день		кКал-4 704, Бел-163, Жир-182, Угл-601	415-58

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

