

МЕНЮ ,,,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
150	<i>Плов из отварной птицы</i>	кКал-150, Бел-7, Жир-7, Угл-13	56-42
210	<i>Плов из отварной птицы</i>	кКал-210, Бел-10, Жир-10, Угл-19	78-80
150	<i>Чай с молоком</i>		5-68
200	<i>Чай с молоком</i>		7-59
50	<i>Бутерброды с мясными гастрономическими продуктами(колбаса)</i>	кКал-69, Бел-4, Жир-3, Угл-7	30-63
200	<i>Питьевая вода</i>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	6-99
Итого за Завтрак 1		кКал-609, Бел-29, Жир-24, Угл-68	186-11
<u>Обед</u>			
80	<i>Салат огурцы консервированные с луком</i>	кКал-10, Бел-1, Угл-1	16-95
100	<i>Салат огурцы консервированные с луком</i>	кКал-13, Бел-1, Угл-2	21-22
250	<i>Суп картофельный</i>	кКал-17, Бел-1, Жир-1, Угл-1	21-54
300	<i>Суп картофельный</i>	кКал-20, Бел-1, Жир-1, Угл-2	25-86
75	<i>Котлета из говядины с овощами</i>	кКал-67, Бел-5, Жир-4, Угл-3	65-89
100	<i>Котлета из говядины с овощами</i>	кКал-90, Бел-7, Жир-5, Угл-5	87-89
150	<i>Каша гречневая рассыпчатая,</i>	кКал-311, Бел-10, Жир-18, Угл-26	13-96
200	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	кКал-345, Бел-11, Жир-11, Угл-49	20-75
60	<i>Хлеб пшеничный</i>		4-00
200	<i>Компот из свежих плодов или ягод</i>	кКал-43, Угл-10	19-35
200	<i>Компот из свежих плодов или ягод (клюква)</i>	кКал-37, Угл-9	14-76
Итого за Обед		кКал-953, Бел-37, Жир-40, Угл-108	312-17
Итого за день		кКал-1 562, Бел-66, Жир-64, Угл-176	498-28

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.