

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
205	<i>Каша пшениная жидкая молочная</i>	кКал-1 281, Бел-39, Жир-43, Угл-183	14-38
250/5	<i>Каша пшениная 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	21-94
60/30	<i>Бутерброд с сыром</i>	кКал-212, Бел-4, Жир-10, Угл-25	22-56
200	<i>Какао с молоком</i>	кКал-140, Бел-3, Жир-3, Угл-25	9-71
115	<i>Йогурт</i>	кКал-72, Бел-6, Жир-4, Угл-4	64-93
200	<i>Питьевая вода</i>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	3-60
Итого за Завтрак 1		кКал-3 621, Бел-110, Жир-124, Угл-511	155-00
<u>Обед</u>			
100	<i>Салат из моркови с изюмом</i>	кКал-96, Бел-1, Жир-3, Угл-16	12-82
250	<i>Суп-лапша домашняя</i>	кКал-43, Жир-4, Угл-2	19-69
300	<i>Суп-лапша домашняя</i>	кКал-52, Жир-5, Угл-2	23-63
185	<i>Жаркое по-домашнему</i>	кКал-308, Бел-20, Жир-18, Угл-17	65-41
250	<i>Жаркое по-домашнему</i>	кКал-416, Бел-27, Жир-24, Угл-23	88-40
60	<i>Хлеб пшеничный</i>		3-71
200	<i>Компот из смеси сухофруктов (Вариант II)</i>	кКал-68, Жир-2, Угл-17	5-23
Итого за Обед		кКал-982, Бел-50, Жир-54, Угл-76	218-89
Итого за день		кКал-4 602, Бел-160, Жир-179, Угл-587	373-89

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

