

МЕНЮ ,,,,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
120	Каша гречневая рассыпчатая,	кКал-249, Бел-8, Жир-15, Угл-21	14-18
150	Каша гречневая рассыпчатая	кКал-259, Бел-8, Жир-8, Угл-37	19-58
80	Печень по-строгановски	кКал-127, Бел-10, Жир-7, Угл-5	54-69
40	Хлеб пшеничный		2-67
50	Хлеб пшеничный		3-33
200	Кофейный напиток с молоком	кКал-70, Бел-2, Жир-2, Угл-10	7-88
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	4-28
Итого за Завтрак 1		кКал-885, Бел-37, Жир-35, Угл-102	106-61
<u>Обед</u>			
80	Салат из свеклы с сыром	кКал-68, Бел-3, Жир-4, Угл-6	13-01
100	Салат из свеклы с сыром	кКал-85, Бел-3, Жир-4, Угл-8	17-08
250	Рассольник ленинградский с крупой	кКал-119, Бел-2, Жир-4, Угл-17	25-60
300	Рассольник ленинградский с крупой	кКал-142, Бел-3, Жир-5, Угл-21	30-70
55	Сосиски отварные	кКал-124, Бел-6, Жир-11	48-80
150	Капуста тушеная.	кКал-54, Бел-1, Жир-3, Угл-4	72-26
220	Капуста тушеная.	кКал-80, Бел-2, Жир-4, Угл-5	105-82
60	Хлеб пшеничный		4-00
40	Бутерброд с джемом	кКал-141, Бел-2, Жир-8, Угл-15	17-55
15/20/5	Бутерброд с джемом	кКал-141, Бел-2, Жир-8, Угл-15	17-55
200	Кисель из плодов или ягод	кКал-125, Угл-30	7-34
Итого за Обед		кКал-1 080, Бел-25, Жир-52, Угл-122	359-71
Итого за день		кКал-1 964, Бел-61, Жир-87, Угл-224	466-32

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

