

МЕНЮ ,,,,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
200	Плов из отварной птицы	кКал-200, Бел-10, Жир-10, Угл-18	49-46
210	Плов из отварной птицы	кКал-210, Бел-10, Жир-10, Угл-19	52-58
150	Чай с молоком		6-67
200	Чай с молоком		8-87
60	Хлеб пшеничный		4-00
100	Помидоры свежие	кКал-24, Бел-1, Угл-4	24-78
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	4-28
Итого за Завтрак 1			150-64
<u>Обед</u>			
100	Салат огурцы консервированные с луком	кКал-13, Бел-1, Угл-2	31-43
250	Суп картофельный	кКал-17, Бел-1, Жир-1, Угл-1	24-23
300	Суп картофельный	кКал-20, Бел-1, Жир-1, Угл-2	29-09
75	Котлета из говядины с овощами	кКал-67, Бел-5, Жир-4, Угл-3	73-54
100	Котлета из говядины с овощами	кКал-90, Бел-7, Жир-5, Угл-5	98-03
150	Каша гречневая рассыпчатая,	кКал-311, Бел-10, Жир-18, Угл-26	17-93
150	Каша гречневая рассыпчатая	кКал-259, Бел-8, Жир-8, Угл-37	19-96
60	Хлеб пшеничный		4-00
200	Компот из свежих плодов или ягод	кКал-43, Угл-10	14-83
200	Компот из свежих плодов или ягод (клюква)	кКал-37, Угл-9	15-13
Итого за Обед			328-17
Итого за день			478-81

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

