

МЕНЮ ,,,,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
200	Картофельное пюре	кКал-88, Бел-2, Жир-2, Угл-14	32-64
75	Рыба жареная соусом	кКал-218, Бел-20, Жир-5, Угл-4	49-55
75	Рыба жареная соусом	кКал-218, Бел-20, Жир-5, Угл-4	49-55
40	Хлеб пшеничный		2-67
50	Хлеб пшеничный		3-33
200	Чай с молоком		3-27
Итого за Завтрак 1		кКал-523, Бел-42, Жир-13, Угл-23	141-01
<u>Обед</u>			
100	Огурец	кКал-11, Бел-1	5-46
250	Щи из свежей капусты с картофелем	кКал-68, Бел-2, Жир-3, Угл-8	18-75
300	Щи из свежей капусты с картофелем	кКал-82, Бел-2, Жир-4, Угл-9	22-49
100	Оладьи с печенью	кКал-248, Бел-5, Жир-6, Угл-44	32-26
120	Оладьи с печенью	кКал-297, Бел-6, Жир-7, Угл-53	32-31
100	Рис отварной	кКал-72, Бел-1, Жир-2, Угл-10	8-79
150	Рис отварной	кКал-107, Бел-2, Жир-3, Угл-15	13-19
200	Компот из плодов консервированных	кКал-123, Угл-29	26-45
60	Хлеб пшеничный		4-00
Итого за Обед		кКал-1 008, Бел-18, Жир-26, Угл-168	163-70
Итого за день		кКал-1 531, Бел-60, Жир-38, Угл-190	304-71

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

