

МЕНЮ ,,,,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
200/5	Каша рисовая жидкая молочная	кКал-223, Бел-5, Жир-8, Угл-33	18-21
250/5	Каша рисовая жидкая молочная	кКал-277, Бел-7, Жир-9, Угл-41	22-66
200	Какао с молоком	кКал-140, Бел-3, Жир-3, Угл-25	11-08
60/30	Бутерброд с сыром	кКал-226, Бел-7, Жир-14, Угл-17	18-30
15/15/5	Бутерброд с сыром	кКал-82, Бел-2, Жир-4, Угл-10	27-44
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	7-00
Итого за Завтрак 1		кКал-1 128, Бел-32, Жир-41, Угл-155	104-69
<u>Обед</u>			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным	кКал-41, Бел-1, Жир-3, Угл-2	20-19
250	Суп с макаронными изделиями и картофелем	кКал-94, Бел-2, Жир-3, Угл-14	24-66
300	Суп с макаронными изделиями и картофелем	кКал-112, Бел-2, Жир-4, Угл-17	29-61
100	Рагу из овощей	кКал-101, Бел-1, Жир-6, Угл-10	16-22
150	Рагу из овощей	кКал-152, Бел-2, Жир-9, Угл-15	24-32
100	Мясо тушеное(говядина)	кКал-123, Бел-23, Жир-3, Угл-1	80-73
60	Хлеб пшеничный		4-00
70	Хлеб пшеничный		4-66
200	Кисель	кКал-40, Угл-10	5-71
200	Кисель из плодов или ягод	кКал-125, Угл-30	5-71
Итого за Обед		кКал-789, Бел-32, Жир-29, Угл-99	215-81
Итого за день		кКал-1 917, Бел-64, Жир-70, Угл-253	320-50

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

