

МЕНЮ ,,,,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
150	Картофельное пюре	кКал-66, Бел-2, Жир-2, Угл-11	16-13
150	Картофельное пюре	кКал-66, Бел-2, Жир-2, Угл-11	16-12
110	Рыба жареная соусом	кКал-320, Бел-29, Жир-7, Угл-6	57-56
120	Рыба жареная соусом	кКал-349, Бел-32, Жир-8, Угл-7	57-61
40	Хлеб пшеничный		2-67
50	Хлеб пшеничный		3-33
200	Чай с молоком		3-29
Итого за Завтрак 1		кКал-800, Бел-65, Жир-19, Угл-34	156-71
<u>Обед</u>			
100	Помидоры свежие	кКал-24, Бел-1, Угл-4	=
250	Борщ с капустой и картофелем	кКал-55, Бел-1, Жир-1, Угл-10	23-61
300	Борщ с капустой и картофелем	кКал-66, Бел-2, Жир-1, Угл-12	29-56
110	Рулет из говядины паровой с соусом	кКал-131, Бел-18, Жир-6, Угл-7	53-53
100	Макаронные отварные с овощами	кКал-43, Бел-1, Жир-4	5-09
150	Макаронные отварные с овощами	кКал-65, Бел-2, Жир-6	7-63
60	Хлеб пшеничный		4-00
200	Компот из плодов или ягод сушеных (Чернослив с изюмом)	кКал-37, Угл-9	11-39
200	Компот из плодов или ягод сушеных (Чернослив с изюмом)	кКал-37, Угл-9	11-39
Итого за Обед		кКал-457, Бел-26, Жир-19, Угл-50	146-20
Итого за день		кКал-1 256, Бел-90, Жир-38, Угл-84	302-91

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
 пищеблока

Григорян С.С.

