

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
80	Салат из свежих помидоров	кКал-16, Бел-1, Угл-3	10-08
100	Салат из свежих помидоров	кКал-20, Бел-1, Угл-3	12-60
55	Сосиски отварные	кКал-124, Бел-6, Жир-11	33-07
200	Капуста тушеная.	кКал-73, Бел-2, Жир-4, Угл-5	25-38
220	Капуста тушеная.	кКал-80, Бел-2, Жир-4, Угл-5	27-90
200	Кофейный напиток с молоком	кКал-70, Бел-2, Жир-2, Угл-10	10-64
40	Хлеб пшеничный		3-60
Итого за Завтрак 1		кКал-382, Бел-13, Жир-22, Угл-27	123-27
<u>Обед</u>			
100	Огурцы свежие	кКал-14, Бел-1, Угл-3	19-19
250	Рассольник ленинградский с крупой	кКал-119, Бел-2, Жир-4, Угл-17	25-51
300	Рассольник ленинградский с крупой	кКал-142, Бел-3, Жир-5, Угл-21	30-62
80	Гуляш из говядины	кКал-91, Бел-11, Жир-5, Угл-2	49-93
120	Гуляш из говядины	кКал-136, Бел-16, Жир-7, Угл-3	51-30
150	Макаронные изделия отварные	кКал-175, Бел-6, Жир-1, Угл-36	9-35
60	Хлеб пшеничный		5-40
200	Компот из плодов или ягод сушеных (Чернослив с изюмом)	кКал-37, Угл-9	9-97
Итого за Обед		кКал-714, Бел-38, Жир-22, Угл-91	201-27
Итого за день		кКал-1 096, Бел-51, Жир-43, Угл-117	324-54

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

