

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
50	Горох консервированный	кКал-20, Бел-2, Угл-3	=
60	Горох консервированный	кКал-24, Бел-2, Угл-4	=
200	Картофельное пюре	кКал-88, Бел-2, Жир-2, Угл-14	26-17
80	Рыба жареная соусом	кКал-232, Бел-21, Жир-5, Угл-4	32-73
100	Рыба жареная соусом	кКал-291, Бел-27, Жир-7, Угл-6	37-56
40	Хлеб пшеничный		3-55
50	Хлеб пшеничный		4-43
200	Чай с молоком		2-44
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	4-03
Итого за Завтрак 1		кКал-835, Бел-62, Жир-18, Угл-60	110-91
<u>Обед</u>			
100	Помидоры свежие	кКал-24, Бел-1, Угл-4	14-87
250	Суп картофельный с горохом	кКал-123, Бел-4, Жир-2, Угл-22	8-32
300	Суп картофельный с горохом	кКал-148, Бел-4, Жир-3, Угл-26	9-97
120	Бифштекс паровой	кКал-204, Бел-12, Жир-13, Угл-9	52-53
150	Рис отварной	кКал-107, Бел-2, Жир-3, Угл-15	11-83
200	Рис отварной	кКал-143, Бел-2, Жир-4, Угл-19	13-08
200	Компот из смеси сухофруктов (Вариант II)	кКал-68, Жир-2, Угл-17	7-38
60	Хлеб пшеничный		5-32
Итого за Обед		кКал-817, Бел-25, Жир-28, Угл-111	123-30
Итого за день		кКал-1 652, Бел-87, Жир-46, Угл-171	234-21

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

