

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак I</u></b>			
60	<b>Икра кабачковая (консервированная)</b>	кКал-119, Бел-2, Жир-9, Угл-8	<b>4-38</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая,</b>	кКал-311, Бел-10, Жир-18, Угл-26	<b>12-18</b>
200	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	кКал-345, Бел-11, Жир-11, Угл-49	<b>17-76</b>
80	<b>Печень по-строгановски</b>	кКал-127, Бел-10, Жир-7, Угл-5	<b>33-56</b>
40	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>2-46</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>3-07</b>
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	кКал-70, Бел-2, Жир-2, Угл-10	<b>7-40</b>
200	<b>Питьевая вода</b>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	<b>0-34</b>
<b>Итого за Завтрак I</b>		<b>кКал-1 152, Бел-44, Жир-51, Угл-127</b>	<b>81-15</b>
<b><u>Обед</u></b>			
80	<b>Салат из свеклы с сыром</b>	кКал-68, Бел-3, Жир-4, Угл-6	<b>14-76</b>
100	<b>Салат из свеклы с сыром</b>	кКал-85, Бел-3, Жир-4, Угл-8	<b>19-48</b>
200	<b>Рассольник ленинградский с крупой</b>	кКал-95, Бел-2, Жир-3, Угл-14	<b>11-73</b>
200	<b>Рассольник ленинградский с крупой</b>	кКал-95, Бел-2, Жир-3, Угл-14	<b>11-73</b>
200	<b>Жаркое по-домашнему (говядина)</b>	кКал-125, Бел-10, Жир-5, Угл-7	<b>59-32</b>
250	<b>Жаркое по-домашнему (говядина)</b>	кКал-157, Бел-12, Жир-7, Угл-8	<b>74-20</b>
60	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>3-69</b>
40	<b>Бутерброд с джемом</b>	кКал-141, Бел-2, Жир-8, Угл-15	<b>12-18</b>
5/20/5	<b>Бутерброд с джемом</b>	кКал-141, Бел-2, Жир-8, Угл-15	<b>12-18</b>
200	<b>Кисель из плодов или ягод</b>	кКал-125, Угл-30	<b>6-35</b>
<b>Итого за Обед</b>		<b>кКал-1 032, Бел-37, Жир-43, Угл-117</b>	<b>225-62</b>
<b>Итого за день</b>		<b>кКал-2 184, Бел-80, Жир-94, Угл-244</b>	<b>306-77</b>

Директор школы

Воробьев В.А.

Технолог пищеблока

Григорян С.С.

