

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1</u></b>			
200	<i>Плов из отварной птицы</i>	кКал-200, Бел-10, Жир-10, Угл-18	<b>39-50</b>
250	<i>Плов из отварной птицы</i>	кКал-250, Бел-12, Жир-12, Угл-22	<b>47-17</b>
200	<i>Чай с лимоном</i>	кКал-34, Угл-8	<b>3-82</b>
60	<i>Хлеб пшеничный</i>		<b>5-37</b>
200	<i>Питьевая вода</i>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	<b>4-40</b>
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-663, Бел-30, Жир-25, Угл-76	<b>100-26</b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<i>Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом</i>	кКал-90, Бел-1, Жир-7, Угл-5	<b>4-67</b>
250	<i>Суп картофельный</i>	кКал-17, Бел-1, Жир-1, Угл-1	<b>7-53</b>
300	<i>Суп картофельный</i>	кКал-20, Бел-1, Жир-1, Угл-2	<b>9-04</b>
200	<i>Запеканка картофельная с мясом</i>	кКал-401, Бел-18, Жир-19, Угл-39	<b>56-70</b>
250	<i>Запеканка картофельная с мясом</i>	кКал-501, Бел-22, Жир-24, Угл-48	<b>64-16</b>
60	<i>Хлеб пшеничный</i>		<b>5-37</b>
200	<i>Компот из свежих плодов или ягод (клюква)</i>	кКал-37, Угл-9	<b>15-09</b>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1 066, Бел-43, Жир-52, Угл-104	<b>162-56</b>
<b>Итого за день</b>		кКал-1 729, Бел-73, Жир-78, Угл-181	<b>262-82</b>

Директор  
школы

Воробьев В.А.

Технолог  
пищеблока

Григорян С.С.

