

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
110	Рыба жареная соусом	кКал-320, Бел-29, Жир-7, Угл-6	47-51
150	Картофельное пюре	кКал-66, Бел-2, Жир-2, Угл-11	24-00
200	Картофельное пюре	кКал-88, Бел-2, Жир-2, Угл-14	31-99
200	Чай с молоком		8-66
40	Хлеб пшеничный		2-47
50	Хлеб пшеничный		3-09
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	2-95
Итого за Завтрак 1		кКал-653, Бел-41, Жир-15, Угл-60	120-67
<u>Обед</u>			
80	Салат из квашеной капусты	кКал-52, Бел-1, Жир-3, Угл-4	7-34
100	Салат из квашеной капусты	кКал-65, Бел-2, Жир-4, Угл-5	9-13
250	Суп с макаронными изделиями и картофелем	кКал-94, Бел-2, Жир-3, Угл-14	23-55
300	Суп с макаронными изделиями и картофелем	кКал-112, Бел-2, Жир-4, Угл-17	28-25
150	Рис отварной	кКал-107, Бел-2, Жир-3, Угл-15	9-96
200	Рис отварной	кКал-143, Бел-2, Жир-4, Угл-19	13-29
80	Печень по-строгановски	кКал-127, Бел-10, Жир-7, Угл-5	14-65
60	Хлеб пшеничный		3-71
200	Компот из свежих плодов или ягод (клюква)	кКал-37, Угл-9	14-78
Итого за Обед		кКал-737, Бел-21, Жир-30, Угл-87	124-66
Итого за день		кКал-1390, Бел-62, Жир-45, Угл-147	245-33

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

