

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1</u></b>			
80	<i>Салат из свежих помидоров</i>	кКал-16, Бел-1, Угл-3	<i>11-51</i>
100	<i>Салат из свежих помидоров</i>	кКал-20, Бел-1, Угл-3	<i>14-39</i>
55	<i>Сосиски отварные</i>	кКал-124, Бел-6, Жир-11	<i>33-55</i>
200	<i>Капуста тушеная.</i>	кКал-73, Бел-2, Жир-4, Угл-5	<i>21-75</i>
220	<i>Капуста тушеная.</i>	кКал-80, Бел-2, Жир-4, Угл-5	<i>23-92</i>
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	кКал-70, Бел-2, Жир-2, Угл-10	<i>7-82</i>
40	<i>Хлеб пшеничный</i>		<i>2-42</i>
200	<i>Питьевая вода</i>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	<i>3-98</i>
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-562, Бел-21, Жир-25, Угл-55	<b><i>119-34</i></b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<i>Огурцы свежие</i>	кКал-14, Бел-1, Угл-3	<i>16-31</i>
250	<i>Рассольник ленинградский с крупой</i>	кКал-119, Бел-2, Жир-4, Угл-17	<i>24-84</i>
300	<i>Рассольник ленинградский с крупой</i>	кКал-142, Бел-3, Жир-5, Угл-21	<i>29-79</i>
80	<i>Гуляш из говядины</i>	кКал-91, Бел-11, Жир-5, Угл-2	<i>47-29</i>
120	<i>Гуляш из говядины</i>	кКал-136, Бел-16, Жир-7, Угл-3	<i>70-87</i>
150	<i>Макаронные изделия отварные</i>	кКал-175, Бел-6, Жир-1, Угл-36	<i>8-41</i>
60	<i>Хлеб пшеничный</i>		<i>3-62</i>
200	<i>Компот из плодов или ягод сушеных (Чернослив с изюмом)</i>	кКал-37, Угл-9	<i>11-26</i>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-714, Бел-38, Жир-22, Угл-91	<b><i>212-39</i></b>
<b>Итого за день</b>		кКал-1 276, Бел-59, Жир-46, Угл-146	<b><i>331-73</i></b>

Директор  
школы


Воробьев В.А.

Технолог  
пищеблока


Григорян С.С.

