

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
200	Плов из отварной птицы	кКал-200, Бел-10, Жир-10, Угл-18	66-50
250	Плов из отварной птицы	кКал-250, Бел-12, Жир-12, Угл-22	83-13
200	Чай с лимоном	кКал-34, Угл-8	4-34
60	Огурцы консервированные	кКал-13, Бел-1, Угл-2	=
100	Огурцы консервированные	кКал-22, Бел-1, Угл-3	=
60	Хлеб пшеничный		5-16
Итого за Завтрак 1		кКал-518, Бел-24, Жир-23, Угл-52	159-13
<u>Обед</u>			
250	Суп картофельный	кКал-17, Бел-1, Жир-1, Угл-1	16-56
300	Суп картофельный	кКал-20, Бел-1, Жир-1, Угл-2	19-86
200	Запеканка картофельная с мясом	кКал-401, Бел-18, Жир-19, Угл-39	58-28
250	Запеканка картофельная с мясом	кКал-501, Бел-22, Жир-24, Угл-48	72-80
60	Хлеб пшеничный		5-16
200	Компот из свежих плодов или ягод (клюква)	кКал-37, Угл-9	14-98
Итого за Обед		кКал-976, Бел-41, Жир-45, Угл-99	187-64
Итого за день		кКал-1 494, Бел-66, Жир-68, Угл-152	346-77

Директор
школы

Воробьев В. А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

