

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	<b>Макароны, запеченные с сыром</b>	кКал-371, Бел-12, Жир-17, Угл-38	<b>39-11</b>
200	<b>Компот из свежих плодов или ягод (клюква)</b>	кКал-37, Угл-9	<b>14-90</b>
40	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>3-47</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>4-34</b>
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-408, Бел-12, Жир-17, Угл-47	<b>61-82</b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Винегрет овощной</b>	кКал-129, Бел-2, Жир-10, Угл-7	<b>10-62</b>
250	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b>	кКал-68, Бел-2, Жир-3, Угл-8	<b>16-10</b>
300	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b>	кКал-82, Бел-2, Жир-4, Угл-9	<b>19-22</b>
100	<b>Кнели говяжьи с рисом</b>	кКал-218, Бел-11, Жир-18, Угл-3	<b>62-75</b>
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	кКал-259, Бел-8, Жир-8, Угл-37	<b>15-04</b>
200	<b>Компот из плодов или ягод сушеных (Чернослив с изюмом)</b>	кКал-37, Угл-9	<b>11-67</b>
60	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>5-21</b>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-792, Бел-24, Жир-44, Угл-73	<b>140-61</b>
<b>Итого за день</b>		кКал-1 200, Бел-36, Жир-61, Угл-120	<b>202-43</b>

Директор  
школы

Воробьев В.А.

Технолог  
пищеблока

Григорян С.С.

