

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
200/5	Каша рисовая жидкая молочная	кКал-223, Бел-5, Жир-8, Угл-33	15-02
250/5	Каша рисовая жидкая молочная	кКал-277, Бел-7, Жир-9, Угл-41	18-67
200	Какао с молоком	кКал-140, Бел-3, Жир-3, Угл-25	9-71
60/30	Бутерброд с сыром	кКал-226, Бел-7, Жир-14, Угл-17	15-40
15/15/5	Бутерброд с сыром	кКал-82, Бел-2, Жир-4, Угл-10	23-10
Итого за Завтрак 1		кКал-948, Бел-24, Жир-38, Угл-126	81-90
<u>Обед</u>			
100	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным	кКал-41, Бел-1, Жир-3, Угл-2	12-07
250	Суп с макаронными изделиями и картофелем	кКал-94, Бел-2, Жир-3, Угл-14	22-16
300	Суп с макаронными изделиями и картофелем	кКал-112, Бел-2, Жир-4, Угл-17	26-58
150	Рагу из овощей	кКал-122, Бел-2, Жир-7, Угл-12	17-04
200	Рагу из овощей	кКал-162, Бел-2, Жир-10, Угл-16	22-72
100	Мясо тушеное(говядина)	кКал-123, Бел-23, Жир-3, Угл-1	63-77
60	Хлеб пшеничный		3-72
70	Хлеб пшеничный		4-34
200	Кисель	кКал-40, Угл-10	4-95
200	Кисель из плодов или ягод	кКал-125, Угл-30	6-35
Итого за Обед		кКал-820, Бел-32, Жир-31, Угл-102	183-70
Итого за день		кКал-1 768, Бел-56, Жир-69, Угл-227	265-60

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

