

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак I</u></b>			
110	<b>Рыба жареная соусом</b>	кКал-320, Бел-29, Жир-7, Угл-6	<b>42-84</b>
150	<b>Картофельное пюре</b>	кКал-66, Бел-2, Жир-2, Угл-11	<b>19-07</b>
200	<b>Картофельное пюре</b>	кКал-88, Бел-2, Жир-2, Угл-14	<b>26-10</b>
200	<b>Чай с молоком</b>		<b>3-22</b>
40	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>3-59</b>
50	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>4-49</b>
200	<b>Питьевая вода</b>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	<b>3-60</b>
<b>Итого за Завтрак I</b>		кКал-653, Бел-41, Жир-15, Угл-60	<b>102-91</b>
<b><u>Обед</u></b>			
80	<b>Салат из квашеной капусты</b>	кКал-52, Бел-1, Жир-3, Угл-4	<b>6-79</b>
100	<b>Салат из квашеной капусты</b>	кКал-65, Бел-2, Жир-4, Угл-5	<b>8-48</b>
250	<b>Суп с макаронными изделиями и картофелем</b>	кКал-94, Бел-2, Жир-3, Угл-14	<b>24-03</b>
300	<b>Суп с макаронными изделиями и картофелем</b>	кКал-112, Бел-2, Жир-4, Угл-17	<b>28-82</b>
150	<b>Рис отварной</b>	кКал-107, Бел-2, Жир-3, Угл-15	<b>11-05</b>
200	<b>Рис отварной</b>	кКал-143, Бел-2, Жир-4, Угл-19	<b>12-69</b>
80	<b>Печень по-строгановски</b>	кКал-127, Бел-10, Жир-7, Угл-5	<b>53-89</b>
60	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>5-39</b>
200	<b>Компот из свежих плодов или ягод (клюква)</b>	кКал-37, Угл-9	<b>15-01</b>
<b>Итого за Обед</b>		кКал-737, Бел-21, Жир-30, Угл-87	<b>166-15</b>
<b>Итого за день</b>		кКал-1 390, Бел-62, Жир-45, Угл-147	<b>269-06</b>

Директор школы

Воробьев В.А.

Технолог пищеблока

Григорян С.С.

