

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
200	Макароны, запеченные с сыром	кКал-371, Бел-12, Жир-17, Угл-38	43-20
200	Компот из свежих плодов или ягод (клюква)	кКал-37, Угл-9	15-11
40	Хлеб пшеничный		3-62
50	Хлеб пшеничный		4-53
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	4-52
Итого за Завтрак 1		кКал-588, Бел-20, Жир-20, Угл-75	70-98
<u>Обед</u>			
100	Винегрет овощной	кКал-129, Бел-2, Жир-10, Угл-7	16-41
250	Щи из свежей капусты с картофелем	кКал-68, Бел-2, Жир-3, Угл-8	17-81
300	Щи из свежей капусты с картофелем	кКал-82, Бел-2, Жир-4, Угл-9	21-34
100	Кнели говяжьи с рисом	кКал-218, Бел-11, Жир-18, Угл-3	66-44
150	Каша гречневая рассыпчатая	кКал-259, Бел-8, Жир-8, Угл-37	16-03
200	Сок	кКал-50, Угл-11	26-00
60	Хлеб пшеничный		5-43
Итого за Обед		кКал-805, Бел-24, Жир-44, Угл-75	169-46
Итого за день		кКал-1 393, Бел-45, Жир-64, Угл-151	240-44

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

