

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1</u></b>			
80	<i>Салат из свежих помидоров</i>	кКал-16, Бел-1, Угл-3	10-08
100	<i>Салат из свежих помидоров</i>	кКал-20, Бел-1, Угл-3	12-60
55	<i>Сосиски отварные</i>	кКал-124, Бел-6, Жир-11	33-55
200	<i>Капуста тушеная.</i>	кКал-73, Бел-2, Жир-4, Угл-5	22-48
220	<i>Капуста тушеная.</i>	кКал-80, Бел-2, Жир-4, Угл-5	24-71
200	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	кКал-70, Бел-2, Жир-2, Угл-10	8-82
40	<i>Хлеб пшеничный</i>		3-58
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-382, Бел-13, Жир-22, Угл-27	<b>115-82</b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<i>Огурцы свежие</i>	кКал-14, Бел-1, Угл-3	15-90
250	<i>Рассольник ленинградский с крупой</i>	кКал-119, Бел-2, Жир-4, Угл-17	24-61
300	<i>Рассольник ленинградский с крупой</i>	кКал-142, Бел-3, Жир-5, Угл-21	29-52
80	<i>Гуляш из говядины</i>	кКал-91, Бел-11, Жир-5, Угл-2	48-24
120	<i>Гуляш из говядины</i>	кКал-136, Бел-16, Жир-7, Угл-3	72-29
150	<i>Макаронные изделия отварные</i>	кКал-175, Бел-6, Жир-1, Угл-36	8-95
60	<i>Хлеб пшеничный</i>		5-37
200	<i>Компот из плодов или ягод сушеных (Чернослив с изюмом)</i>	кКал-37, Угл-9	6-49
<b>Итого за Обед</b>		кКал-714, Бел-38, Жир-22, Угл-91	<b>211-37</b>
<b>Итого за день</b>		кКал-1 096, Бел-51, Жир-43, Угл-117	<b>327-19</b>

Директор  
школы

Воробьев В.А.

Технолог  
пищеблока

Григорян С.С.

