

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
205	Каша манная жидкая молочная	кКал-222, Бел-6, Жир-8, Угл-32	16-45
250	Каша манная жидкая молочная	кКал-271, Бел-8, Жир-9, Угл-39	20-06
50	Хлеб пшеничный		4-52
60	Хлеб пшеничный		5-43
200	Какао с молоком	кКал-140, Бел-3, Жир-3, Угл-25	14-53
60	Икра кабачковая (консервированная)	кКал-119, Бел-2, Жир-9, Угл-8	12-21
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	3-53
Итого за Завтрак 1		кКал-932, Бел-27, Жир-32, Угл-132	76-73
<u>Обед</u>			
100	Огурцы свежие	кКал-14, Бел-1, Угл-3	15-22
250	Борщ с капустой и картофелем	кКал-55, Бел-1, Жир-1, Угл-10	28-40
300	Борщ с капустой и картофелем	кКал-66, Бел-2, Жир-1, Угл-12	34-10
150	Картофельное пюре	кКал-66, Бел-2, Жир-2, Угл-11	18-48
200	Картофельное пюре	кКал-88, Бел-2, Жир-2, Угл-14	24-64
100	Рыба (филе), тушеная в томате с овощами	кКал-132, Бел-9, Жир-5, Угл-4	16-08
60	Хлеб пшеничный		5-43
200	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	кКал-32, Угл-8	13-63
Итого за Обед		кКал-451, Бел-17, Жир-12, Угл-61	155-98
Итого за день		кКал-1 383, Бел-44, Жир-44, Угл-192	232-71

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

