

МЕНЮ ,,,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
120	Каша гречневая рассыпчатая,	кКал-249, Бел-8, Жир-15, Угл-21	7-62
150	Каша гречневая рассыпчатая	кКал-259, Бел-8, Жир-8, Угл-37	12-06
120	Котлеты мясные с соусом	кКал-204, Бел-12, Жир-13, Угл-9	59-37
40	Хлеб пшеничный		2-67
50	Хлеб пшеничный		3-33
200	Кофейный напиток с молоком	кКал-70, Бел-2, Жир-2, Угл-10	2-82
60	Огурцы консервированные	кКал-13, Бел-1, Угл-2	16-81
Итого за Завтрак 1		кКал-795, Бел-31, Жир-38, Угл-79	104-68
<u>Обед</u>			
80	Салат из свеклы с сыром	кКал-68, Бел-3, Жир-4, Угл-6	17-06
100	Салат из свеклы с сыром	кКал-85, Бел-3, Жир-4, Угл-8	20-12
250	Суп картофельный	кКал-17, Бел-1, Жир-1, Угл-1	21-97
300	Суп картофельный	кКал-20, Бел-1, Жир-1, Угл-2	26-30
200	Жаркое по-домашнему	кКал-333, Бел-22, Жир-19, Угл-19	84-57
250	Жаркое по-домашнему	кКал-416, Бел-27, Жир-24, Угл-23	105-65
60	Хлеб пшеничный		4-00
40	Бутерброд с джемом	кКал-141, Бел-2, Жир-8, Угл-15	12-30
15/20/5	Бутерброд с джемом	кКал-141, Бел-2, Жир-8, Угл-15	12-30
200	Сок	кКал-50, Угл-11	25-78
Итого за Обед		кКал-1 270, Бел-61, Жир-69, Угл-101	330-05
Итого за день		кКал-2 065, Бел-93, Жир-107, Угл-179	434-73

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
 пищеблока

Григорян С.С.

