

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак I</u>			
100	Сельдь с луком	кКал-64, Бел-5, Жир-4, Угл-2	37-15
150	Картофельное пюре	кКал-66, Бел-2, Жир-2, Угл-11	24-79
200	Картофельное пюре	кКал-88, Бел-2, Жир-2, Угл-14	33-06
200	Чай с молоком		1-27
40	Хлеб пшеничный		3-60
50	Хлеб пшеничный		4-50
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	4-40
Итого за Завтрак I		кКал-397, Бел-16, Жир-12, Угл-55	108-77
<u>Обед</u>			
100	Огурцы свежие	кКал-14, Бел-1, Угл-3	22-26
100	Огурцы свежие	кКал-14, Бел-1, Угл-3	22-26
250	Суп с макаронными изделиями и картофелем	кКал-94, Бел-2, Жир-3, Угл-14	18-26
300	Суп с макаронными изделиями и картофелем	кКал-112, Бел-2, Жир-4, Угл-17	21-57
150	Рис отварной	кКал-107, Бел-2, Жир-3, Угл-15	9-42
200	Рис отварной	кКал-143, Бел-2, Жир-4, Угл-19	12-22
80	Печень по-строгановски	кКал-127, Бел-10, Жир-7, Угл-5	47-31
60	Хлеб пшеничный		5-40
200	Компот из свежих плодов или ягод (клюква)	кКал-37, Угл-9	13-42
Итого за Обед		кКал-649, Бел-20, Жир-23, Угл-84	172-12
Итого за день		кКал-1 046, Бел-36, Жир-34, Угл-139	280-89

Директор
школы

Воробьев В.А.

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

