

14.09.2023

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
1 шт	Яблоко	Калорийность-47, Углеводы-10	
90	Запеканка из творога с молочным соусом	Калорийность-189, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13	
157	Каша овсяная молочная жидкая	Калорийность-219, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-26	
200	Чай с молоком и сахаром	Калорийность-54, Белки-2, Жиры-1	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
Итого за Горячий завтрак1			64-44
Обед1			
210	Рассольник "Ленинградский"	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12	
90	Гуляш	Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4	
150	Рис припущенный	Калорийность-202, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Напиток из смеси сухофруктов	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-20	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
Итого за Обед1			72-54
Итого за день			136-98

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак2			
1 шт	Яблоко	Калорийность-47, Углеводы-10	
90	Запеканка из творога с молочным соусом	Калорийность-189, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-13	
189	Каша овсяная молочная жидкая	Калорийность-268, Белки-7, Жиры-13, Углеводы-31	
200	Чай с молоком и сахаром	Калорийность-54, Белки-2, Жиры-1	
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
Итого за Горячий завтрак2			73-20
Обед2			
260	Рассольник "Ленинградский"	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
90	Гуляш	Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4	
200	Рис припущенный	Калорийность-269, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47	
200	Напиток из смеси сухофруктов	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-20	
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
Итого за Обед2			84-45
Итого за день			157-65

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова
М.Р.Бухгалтер-каль
куляторМелентьева
Т.Ю.