

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
60	Салат из зеленого горошка	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-3	
175	Жаркое по-домашнему	Калорийность-319, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-17	
200	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	Калорийность-76, Углеводы-20	
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-654, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-73	64-44
Обед1			
200	Суп картофельный с крупой	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-16	
200	Пельмени "Сказка"н/ф	Калорийность-440, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-22	
40	Печенье	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24	
200	Чай с молоком и сахаром	Калорийность-54, Белки-2, Жиры-1	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Обед1		Калорийность-868, Белки-34, Жиры-32, Углеводы-90	72-54
Итого за день		Калорийность-1 522, Белки-62, Жиры-60, Углеводы-163	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			
60	Салат из зеленого горошка	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-8, Углеводы-3	
205	Жаркое по-домашнему	Калорийность-383, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-20	
200	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	Калорийность-76, Углеводы-20	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-764, Белки-34, Жиры-32, Углеводы-86	73-20
Обед2			
250	Суп картофельный с крупой	Калорийность-119, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19	
250	Пельмени "Сказка"н/ф	Калорийность-550, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-28	
200	Чай с молоком и сахаром	Калорийность-54, Белки-2, Жиры-1	
40	Печенье	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Обед2		Калорийность-1 001, Белки-40, Жиры-38, Углеводы-99	84-45
Итого за день		Калорийность-1 766, Белки-73, Жиры-70, Углеводы-185	157-65

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова
М.Р.Бухгалтер-каль
кулятор

Мелентьева Т.Ю.