

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
40	Печенье	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24	
205	Плов	Калорийность-363, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-40	
200	Напиток из замороженной компотной смеси	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-664, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-96	64-44
Обед1			
60	Салат "Студенческий"	Калорийность-87, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-4	
210	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-113, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-10	
90	Биточки из птицы с соусом	Калорийность-160, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-10	
155	Каша гречневая вязкая	Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36	
200	Напиток из смеси сухофруктов	Калорийность-81, Белки-1, Углеводы-20	
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
Итого за Обед1		Калорийность-824, Белки-37, Жиры-26, Углеводы-109	72-54
Итого за день		Калорийность-1 488, Белки-61, Жиры-49, Углеводы-205	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	Печенье	Калорийность-211, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-36	
225	Плов	Калорийность-399, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-43	
200	Напиток из замороженной компотной смеси	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	
50	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-21	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-862, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-131	73-20
Обед2			
100	Салат "Студенческий"	Калорийность-145, Белки-4, Жиры-12, Углеводы-6	
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-142, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-12	
90	Биточки из птицы с соусом	Калорийность-160, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-10	
187	Каша гречневая вязкая	Калорийность-287, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	
200	Напиток из смеси сухофруктов	Калорийность-81, Белки-1, 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 Обед2		Калорийность-979, Белки-42, Жиры-34, Углеводы-126	84-45
Итого за день		Калорийность-1 841, Белки-72, Жиры-61, Углеводы-256	157-65

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

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