

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Горячий завтрак1</u>			
60	Салат "Осенний"	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8	
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 замороженной компотной смеси	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-603, Белки-31, Жиры-16, Углеводы-83	64-44
<u>Обед1</u>			
200	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-16	
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-169, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-13	
150	Картофельное пюре	Калорийность-146, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-20	
207	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7	
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Обед1		Калорийность-641, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-89	72-54
Итого за день		Калорийность-1 244, Белки-55, Жиры-37, Углеводы-172	136-98

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Горячий завтрак2</u>			
100	Салат "Осенний"	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	
90	Биточки из птицы с соусом	Калорийность-160, Белки-17, Жиры-5, Углеводы-10	
210	Каша гречневая вязкая	Калорийность-319, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-48	
200	Напиток из замороженной компотной смеси	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-725, Белки-34, Жиры-21, Углеводы-100	73-20
<u>Обед2</u>			
250	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-166, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-20	
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-169, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-13	
200	Картофельное пюре	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	
207	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
Итого за Обед2		Калорийность-760, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-109	84-45
Итого за день		Калорийность-1 486, Белки-62, Жиры-44, Углеводы-209	157-65

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

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