

П.ОКТАБРЬСКИЙ.000

26.02.2025

## Школы (Младшие классы.)

| Выход (г)                  | Наименование блюда                        | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Горячий завтрак I</b>   |                                           |                                                                             |                         |
| 60                         | Салат "Осенний"                           | Калорийность-64, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-10                               |                         |
| 180                        | Плов                                      | Калорийность-353, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-41                            |                         |
| 200                        | Чай с сахаром и лимоном                   | Калорийность-28, Углеводы-7                                                 |                         |
| 30                         | Хлеб пшеничный для детского питания       | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16                                       |                         |
| 30                         | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14                                       |                         |
| Итого за Горячий завтрак I |                                           | Калорийность-590, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-88                            |                         |
| <b>Обед I</b>              |                                           |                                                                             |                         |
| 210                        | Рассольник "Ленинградский" со сметаной    | Калорийность-121, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-18                              |                         |
| 90                         | Гуляш из говядины                         | Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4                             |                         |
| 155                        | Каша гречневая вязкая                     | Калорийность-239, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-36                              |                         |
| 200                        | Кисель                                    | Калорийность-21, Углеводы-5                                                 |                         |
| 30                         | Хлеб пшеничный для детского питания       | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16                                       |                         |
| 30                         | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14                                       |                         |
| Итого за Обед I            |                                           | Калорийность-753, Белки-32, Жиры-31, Углеводы-93                            |                         |
| Итого за день              |                                           | Калорийность-1 343, Белки-49, Жиры-52, Углеводы-180                         |                         |

## Школы (Старшие классы.)

| Выход (г)                  | Наименование блюда                        | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|----------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Горячий завтрак 2</b>   |                                           |                                                                             |                         |
| 100                        | Салат "Осенний"                           | Калорийность-107, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-16                              |                         |
| 200                        | Плов                                      | Калорийность-385, Белки-12, Жиры-17, Углеводы-47                            |                         |
| 200                        | Чай с сахаром и лимоном                   | Калорийность-28, Углеводы-7                                                 |                         |
| 30                         | Хлеб пшеничный для детского питания       | Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16                                       |                         |
| 30                         | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14                                       |                         |
| Итого за Горячий завтрак 2 |                                           | Калорийность-666, Белки-19, Жиры-24, Углеводы-99                            |                         |
| <b>Обед 2</b>              |                                           |                                                                             |                         |
| 260                        | Рассольник "Ленинградский" со сметаной    | Калорийность-147, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-22                              |                         |
| 90                         | Гуляш из говядины                         | Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4                             |                         |
| 187                        | Каша гречневая вязкая                     | Калорийность-287, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43                             |                         |
| 200                        | Кисель                                    | Калорийность-21, Углеводы-5                                                 |                         |
| 40                         | Хлеб пшеничный для детского питания       | Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21                              |                         |
| 40                         | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19                                       |                         |
| Итого за Обед 2            |                                           | Калорийность-874, Белки-35, Жиры-34, Углеводы-114                           |                         |
| Итого за день              |                                           | Калорийность-1 540, Белки-55, Жиры-59, Углеводы-214                         |                         |

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Сабитова К.Ю.

Бухгалтер-кассир

Мелегина Т.Ю.

