

МЕНЮ НА 4 СЕНТЯБРЯ ШКОЛА № 1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак льготный</u>			
80	Банан	Калорийность-76,8, Белки-1,2, Жиры-0,4, Углеводы-16,8	29-46
100/10	Запеканка из творога со сгущ. молоком <i>творог, молоко сгущенное, сахар - песок, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, сметана 15%, яйцо столовое, соль, ванилин</i>	Калорийность-277,26, Белки-20,36, Жиры- 9,65, Углеводы-26,39	89-34
180	Чай с сахаром <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-53,13, Углеводы-13,47	3-57
14	Хлеб пшеничный	Калорийность-32,9, Белки-1,06, Жиры-0,11, Углеводы-6,89	2-63
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-440,09, Белки-22,62, Жиры- 10,16, Углеводы-63,55	125-00
<u>Обед льготный</u>			
250/2	Суп картофельный с крупой (рис) с зеленью <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)</i>	Калорийность-106,17, Белки-2,17, Жиры- 2,99, Углеводы-17,56	15-15
106	Омлет натуральный 106/10 <i>яйцо столовое, молоко пастеризованное 2,5%, масло сливочное, масло растительное, соль</i>	Калорийность-214,36, Белки-10,12, Жиры- 18,46, Углеводы-1,9	67-22
52	Сосиски отварные <i>сосиски</i>	Калорийность-137,94, Белки-5,81, Жиры- 12,63, Углеводы-0,21	29-44
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-115,23, Белки-0,46, Жиры- 0,1, Углеводы-28,13	19-94
19	Хлеб столичный	Калорийность-52,31, Белки-1,06, Жиры- 0,21, Углеводы-9,39	3-25
Итого за Обед льготный		Калорийность-626,01, Белки-19,62, Жиры- 34,39, Углеводы-57,19	135-00
Бухгалтер	Зав. производством	Директор школы	
			