

МЕНЮ НА 6 СЕНТЯБРЯ ШКОЛА № 1

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|----------------------------------|--|--|----------------------|
| <u>Завтрак льготный</u> | | | |
| 35/11 | Поджарка из свинины 35/11 <i>свинина б/к (лопатка), лук репчатый, масло растительное, томатная паста., соль</i> | Калорийность-231,66, Белки-7,48, Жиры-21,62, Углеводы-1,69 | 85-20 |
| 100 | Каша рассып. гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i> | Калорийность-150,61, Белки-5,11, Жиры-4,22, Углеводы-23,1 | 13-71 |
| 25 | Ветчина порц. 25 | Калорийность-93,25, Белки-4,28, Жиры-8,45, Углеводы-0,05 | 17-41 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i> | Калорийность-59,03, Углеводы-14,97 | 3-96 |
| 26 | Хлеб пшеничный | Калорийность-61,1, Белки-1,98, Жиры-0,21, Углеводы-12,79 | 4-72 |
| Итого за Завтрак льготный | | Калорийность-595,65, Белки-18,85, Жиры-34.5. Углеводы-52.6 | 125-00 |
| <u>Обед льготный</u> | | | |
| 250/2 | Суп картоф. с бобовыми(горох) с зеленью <i>картофель, горох илиф., лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, петрушка (зелень)</i> | Калорийность-141,55, Белки-5,49, Жиры-5,14, Углеводы-18,25 | 15-24 |
| 50 | Биточки рубленные из птицы (филе кур.) 50 <i>куриные грудки филе, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</i> | Калорийность-161,7, Белки-8,47, Жиры-10,31, Углеводы-8,69 | 55-52 |
| 100 | Каша перловая рассып. <i>крупа перловая, масло сливочное, соль</i> | Калорийность-131,08, Белки-3,11, Жиры-3,25, Углеводы-22,31 | 11-22 |
| 20 | Помидор свежий | Калорийность-4,8, Белки-0,22, Жиры-0,04, Углеводы-0,76 | 10-09 |
| 200 | Чай с сахаром <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i> | Калорийность-59,03, Углеводы-14,97 | 3-96 |
| 100 | Банан | Калорийность-96, Белки-1,5, Жиры-0,5, Углеводы-21 | 36-83 |
| 13 | Хлеб столичный | Калорийность-35,79, Белки-0,73, Жиры-0,14, Углеводы-6,42 | 2-14 |
| Итого за Обед льготный | | Калорийность-629,95, Белки-19,52, Жиры-19.38. Углеводы-92.4 | 135-00 |

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы

