

МЕНЮ НА 11 НОЯБРЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак льготный</u>			
200/10	Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом <small>молоко 2.5% ультрапастеризованное, крупа геркулес, масло сливочное, сахар - песок, соль</small>	Калорийность-307,29, Белки-8,36, Жиры-13,48, Углеводы-38,06	45-05
200	Какао растворимый с молоком <small>молоко 2.5% ультрапастеризованное, какао растворимый, сахар - песок</small>	Калорийность-138,95, Белки-5,8, Жиры-4,6, Углеводы-18,13	28-51
100	Груша	Калорийность-47, Белки-0,4, Жиры-0,3, Углеводы-10,3	45-76
22	Батон нарезной	Калорийность-57,64, Белки-1,65, Жиры-0,64, Углеводы-11,31	5-68
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-550,88, Белки-16,21, Жиры-19,02. Углеводы-77,8	125-00
<u>Обед льготный</u>			
250/10/ 2	Суп из овощей со сметаной, зеленью <small>картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, сметана 15%, горошек зеленый, масло растительное, соль, петрушка (зелень)</small>	Калорийность-90,68, Белки-1,75, Жиры-4,73, Углеводы-10,42	22-94
35/11	Поджарка из свинины 35/11 <small>свинина б/к (лопатка), лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль</small>	Калорийность-231,66, Белки-7,48, Жиры-21,62, Углеводы-1,69	85-35
150	Макароны отварные 150 <small>макаронные изделия, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	17-67
200	Чай с сахаром <small>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-96
30	Хлеб столичный	Калорийность-82,6, Белки-1,68, Жиры-0,33, Углеводы-14,82	5-08
Итого за Обед льготный		Калорийность-680,69, Белки-16,71, Жиры-31,69. Углеводы-78,95	135-00

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы