

МЕНЮ НА 18 НОЯБРЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак льготный</u>			
15	Ветчина порц	Калорийность-55,95, Белки-2,57, Жиры-5,07, Углеводы-0,03	10-44
200/10	Каша вязкая молочная ячневая с маслом <small>молоко пастеризованное 2,5%, крупа ячневая, масло сливочное, сахар - песок, соль</small>	Калорийность-289,6, Белки-7,3, Жиры-11,28, Углеводы-39,57	43-38
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
70	Мандарины	Калорийность-26,6, Белки-0,56, Жиры-0,14, Углеводы-5,25	37-22
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70,5, Белки-2,28, Жиры-0,24, Углеводы-14,76	5-45
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-581,6, Белки-18,51, Жиры-21,33, Углеводы-77,74	125-00
<u>Обед льготный</u>			
250/10/ 2	Борщ со св.капустой и картоф., сметаной, зеленью <small>свекла, капуста б/к, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло растительное, томатная паста, сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка)</small>	Калорийность-103,39, Белки-1,77, Жиры-5,17, Углеводы-12,3	22-93
50	Биточек рыбный (треска) <small>треска филе зам., хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</small>	Калорийность-96,03, Белки-6,56, Жиры-4,37, Углеводы-7,58	62-11
150	Рис припущенный 150 <small>крупа рисовая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-214,1, Белки-3,71, Жиры-4,86, Углеводы-38,9	24-34
200	Компот из изюма <small>изюм, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</small>	Калорийность-115,23, Белки-0,46, Жиры-0,1, Углеводы-28,13	19-64
36	Хлеб столичный	Калорийность-99,12, Белки-2,02, Жиры-0,4, Углеводы-17,78	5-98
Итого за Обед льготный		Калорийность-627,87, Белки-14,52, Жиры-14,9, Углеводы-104,69	135-00

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы

