

МЕНЮ НА 21 ОКТЯБРЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак льготный</u>			
35	Ветчина порц	Калорийность-130,55, Белки-5,99, Жиры-11,83, Углеводы-0,07	24-37
200/10	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом <small>молоко пастеризованное 2,5%, крупа пшено, масло сливочное, сахар - песок, соль</small>	Калорийность-289,97, Белки-7,57, Жиры-12,09, Углеводы-37,51	44-48
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
60	Апельсин	Калорийность-25,8, Белки-0,54, Жиры-0,12, Углеводы-4,86	21-48
24	Батон нарезной	Калорийность-62,88, Белки-1,8, Жиры-0,7, Углеводы-12,34	6-16
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-648,15, Белки-21,7, Жиры-29,34, Углеводы-72,91	125-00
<u>Обед льготный</u>			
250/2	Суп картофельный с крупой (рис) с зеленью <small>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)</small>	Калорийность-106,17, Белки-2,17, Жиры-2,99, Углеводы-17,56	14-99
52/5	Сосиски отварные с маслом <small>сосиски, масло сливочное</small>	Калорийность-176,7, Белки-5,84, Жиры-16,91, Углеводы-0,25	39-15
100/20/ 3.5	Макаронные изделия с сыром <small>макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-187,92, Белки-8,21, Жиры-7,26, Углеводы-23,03	42-57
20	Огурец свежий	Калорийность-2,2, Белки-0,14, Жиры-0,02	8-21
20	Помидор свежий	Калорийность-4,8, Белки-0,22, Жиры-0,04, Углеводы-0,76	10-09
200	Напиток смородиновый <small>смородина замороженная, сахар - песок, лимон. кислота</small>	Калорийность-106,76, Белки-0,25, Жиры-0,1, Углеводы-25,78	15-99
24	Хлеб столичный	Калорийность-66,08, Белки-1,34, Жиры-0,26, Углеводы-11,86	4-00
Итого за Обед льготный		Калорийность-650,63, Белки-18,17, Жиры-27,58, Углеводы-79,24	135-00

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы

