

МЕНЮ НА 21 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 пшеничная с маслом <small>молоко пастеризованное 2,5%, крупа пшеница, масло сливочное, сахар - песок, соль</small>	Калорийность-289,97, Белки-7,57, Жиры-12,09, Углеводы-37,51	44-48
200	Кофейный напиток с молоком <small>молоко пастеризованное 2,5%, сахар - песок, кофейный напиток растворимый</small>	Калорийность-151,6, Белки-3,35, Жиры-2,5, Углеводы-26,76	27-01
100	Груша	Калорийность-47, Белки-0,4, Жиры-0,3, Углеводы-10,3	45-76
30	Батон нарезной	Калорийность-78,6, Белки-2,25, Жиры-0,87, Углеводы-15,42	7-75
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-567,17, Белки-13,57, Жиры-15,76, Углеводы-89,99	125-00
<u>Обед льготный</u>			
250/10/ 2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной с зеленью <small>капуста б/к, картофель, лук репчатый, морковь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), томатная паста.</small>	Калорийность-109,6, Белки-2,18, Жиры-6,72, Углеводы-9,83	21-00
50/60	Фрикадельки из филе кур. в соусе сметанном с томатом	Калорийность-119,03, Белки-8,14, Жиры-7,63, Углеводы-4,47	71-35
50/60	Каша рассып. гречневая <small>куриные грудки филе, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, соль, соус сметанный с томатом</small>	Калорийность-150,61, Белки-5,11, Жиры-4,22, Углеводы-23,1	15-48
100	Напиток из плодов шиповника <small>крупка гречневая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-131,49, Белки-0,64, Жиры-0,25, Углеводы-29,04	20-46
200	Хлеб столичный <small>плоды шиповника сушеные, сахар - песок, аскорбиновая кислота</small>	Калорийность-110,13, Белки-2,24, Жиры-0,44, Углеводы-19,76	6-71
40	Хлеб столичный	Калорийность-620,86, Белки-18,31, Жиры-19,26, Углеводы-86,2	135-00
Итого за Обед льготный			

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы