

МЕНЮ НА 23 СЕНТЯБРЯ ШКОЛА № 1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак льготный</u>			
15	Сыр порц.	Калорийность-52,5, Белки-3,95, Жиры-3,99	23-33
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
70	Апельсин	Калорийность-30,1, Белки-0,63, Жиры-0,14, Углеводы-5,67	25-07
14	Батон нарезной	Калорийность-36,68, Белки-1,05, Жиры-0,41, Углеводы-7,2	3-61
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-548,2, Белки-19, Жиры-21,23. Углеводы-68,51	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	15-13
38/25	Колбаски "По-домашнему" 38/25 <small>свинина б/к (лопатка), лук репчатый, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста, соль</small>	Калорийность-195,4, Белки-6,46, Жиры-17,05, Углеводы-3,96	69-00
100	Каша перловая рассып. <small>крупа перловая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-131,08, Белки-3,11, Жиры-3,25, Углеводы-22,31	11-22
30	Огурец свежий	Калорийность-3,3, Белки-0,21, Жиры-0,03	12-32
200	Компот из смородины <small>смородина замороженная, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</small>	Калорийность-113,36, Белки-0,4, Жиры-0,16, Углеводы-26,87	23-64
22	Хлеб столичный	Калорийность-60,57, Белки-1,23, Жиры-0,24, Углеводы-10,87	3-69
Итого за Обед льготный		Калорийность-609,88, Белки-13,58, Жиры-23,72. Углеводы-81,57	135-00

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы

