

МЕНЮ НА 30 СЕНТЯБРЯ ШКОЛА № 1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак льготный</u>			
52	Сосиски отварные <small>сосиски</small>	Калорийность-137,94, Белки-5,81, Жиры-12,63, Углеводы-0,21	29-44
150/15/ 5	Макаронны отварные с сыром 150 <small>макаронные изделия, сыр твердый, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-319,42, Белки-11,11, Жиры-14,4, Углеводы-36,03	58-54
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
34	Батон нарезной	Калорийность-89,08, Белки-2,55, Жиры-0,99, Углеводы-17,48	8-51
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-685,39, Белки-25,27, Жиры-32.62. Углеводы-71.85	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
38/25	Колоаски "По-оомайнему" 28/25 <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	69-08
100	Рис отварной <small>крупа рисовая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-153,54, Белки-2,54, Жиры-4,07, Углеводы-26,68	18-38
10	Горошек зеленый порц.	Калорийность-4, Белки-0,31, Жиры-0,02, Углеводы-0,65	5-95
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	23-34
19	Хлеб столичный	Калорийность-52,31, Белки-1,06, Жиры-0,21, Углеводы-9,39	3-26
Итого за Обед льготный		Калорийность-624,78, Белки-12,94, Жиры-24.5. Углеводы-85.11	135-00

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы
