

МЕНЮ НА 2 ДЕКАБРЯ 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 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	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	Яблоко св.	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	21-45
39	Батон нарезной	Калорийность-102,18, Белки-2,93, Жиры-1,13, Углеводы-20,05	9-83
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-642,88, Белки-17,56, Жиры-19,3. Углеводы-96,18	125-00
<u>Обед льготный</u>			
250/10/	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
180	Рис припущенный 180 <small>крупа рисовая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-256,91, Белки-4,44, Жиры-5,83, Углеводы-46,67	29-26
20	Помидор свежий	Калорийность-4,8, Белки-0,22, Жиры-0,04, Углеводы-0,76	10-09
200	Чай с сахаром <small>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-96
40	Хлеб столичный	Калорийность-110,13, Белки-2,24, Жиры-0,44, Углеводы-19,76	6-65
Итого за Обед льготный		Калорийность-630,29, Белки-15,23, Жиры-15,85. Углеводы-102,04	135-00

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы