

МЕНЮ НА 18 ДЕКАБРЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак льготный</u>			
50	Биточки рубленые из птицы (филе кур.) 50 <small>куриные грудки филе, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</small>	Калорийность-161,7, Белки-8,47, Жиры- 10,31, Углеводы-8,69	55-43
180	Макароны отварные 180 <small>макаронные изделия, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-260,06, Белки-6,96, Жиры- 6,02, Углеводы-44,47	21-23
200	Чай с сахаром <small>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-90
100	Апельсин	Калорийность-43, Белки-0,9, Жиры-0,2, Углеводы-8,1	35-81
34	Батон нарезной	Калорийность-89,08, Белки-2,55, Жиры- 0,99, Углеводы-17,48	8-63
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-612,87, Белки-18,88, Жиры- 17,52, Углеводы-93,71	125-00
<u>Обед льготный</u>			
250/10/ 2	Свекольник со сметаной, зеленью <small>свекла, картофель, сметана 15%, масло растительное, томатная паста., сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка), лимон. кислота</small>	Калорийность-106,96, Белки-1,58, Жиры- 6,19, Углеводы-11,17	18-39
38/25	Колбаски "По-домашнему" <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	69-16
150	Пюре картофельное 150 <small>картофель, молоко пастеризованное 2,5%, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-150,21, Белки-3,24, Жиры- 5,41, Углеводы-22,03	29-81
200	Напиток апельсиновый <small>сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</small>	Калорийность-102,1, Белки-0,13, Жиры- 0,03, Углеводы-25,15	12-49
31	Хлеб столичный	Калорийность-85,35, Белки-1,74, Жиры- 0,34, Углеводы-15,31	5-15
Итого за Обед льготный		Калорийность-640,02, Белки-13,15, Жиры- 29,02, Углеводы-77,62	135-00

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы

