

МЕНЮ НА 25 ДЕКАБРЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак льготный</u>			
30	Ветчина порц	Калорийность-111,9, Белки-5,13, Жиры-10,14, Углеводы-0,06	20-89
100/20	Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком <small>творог, молоко сгущенное, морковь, молоко 2.5% ультрапастеризованное, сахар - песок, крупа манная, яйцо столовое, масло растительное, сухари панировочные, сметана 15%</small>	Калорийность-302,37, Белки-15,74, Жиры-10,17, Углеводы-36,2	65-53
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном <small>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	6-63
110	Яблоко св.	Калорийность-51,7, Белки-0,03, Жиры-0,44, Углеводы-10,78	23-59
33	Батон нарезной	Калорийность-86,46, Белки-2,48, Жиры-0,96, Углеводы-16,96	8-36
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-613,84, Белки-23,44, Жиры-21,72, Углеводы-79,18	125-00
<u>Обед льготный</u>			
250/10/2	Рассольник ленинградский со сметаной, зеленью <small>картофель, огурцы соленые, морковь, сметана 15%, крупа перловая, лук репчатый, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)</small>	Калорийность-142,95, Белки-2,6, Жиры-6,9, Углеводы-17,41	25-60
50	Биточек из свинины 50 <small>свинина б/к (лопатка), хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль</small>	Калорийность-202,91, Белки-6,65, Жиры-16, Углеводы-7,99	65-51
180	Рис отварной 180 <small>крупа рисовая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-257,67, Белки-4,56, Жиры-5,27, Углеводы-48	28-39
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
18	Хлеб столичный	Калорийность-49,56, Белки-1,01, Жиры-0,2, Углеводы-8,89	3-01
Итого за Обед льготный		Калорийность-755,19, Белки-14,95, Жиры-28,4, Углеводы-107,44	135-00

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы