

МЕНЮ НА 17 ЯНВАРЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак льготный</u>			
25	Сыр порц.	Калорийность-87,5, Белки-6,58, Жиры-6,65	39-93
200/10	Каша вязкая молочная гречневая с маслом <small>молоко пастеризованное 2,5%, крупа гречневая, масло сливочное, сахар - песок, соль</small>	Калорийность-304,58, Белки-9,13, Жиры-12,3, Углеводы-39,23	48-94
200	Чай с сахаром <small>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-66
100	Яблоко св.	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	25-35
24	Батон нарезной	Калорийность-62,88, Белки-1,8, Жиры-0,7, Углеводы-12,34	7-12
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-560,99, Белки-17,54, Жиры-20,05. Углеводы-76,34	125-00
<u>Обед льготный</u>			
250/10/ 2	Суп крестьянский с крупой (пшеничная), сметаной, зеленью <small>капуста б/к, картофель, сметана 15%, лук репчатый, крупа пшеничная, морковь, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)</small>	Калорийность-70,42, Белки-1,52, Жиры-3,98, Углеводы-6,95	18-92
50/30	Тефтели рыбные (треска) в соусе сметанный с томатом <small>треска филе зам., соус сметанный с томатом, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, соль</small>	Калорийность-126,69, Белки-7,13, Жиры-6,72, Углеводы-9,36	72-57
150	Рис отварной 150 <small>крупа рисовая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры-6,11, Углеводы-40,01	31-74
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	6-70
26	Хлеб столичный	Калорийность-71,59, Белки-1,46, Жиры-0,29, Углеводы-12,84	5-07
Итого за Обед льготный		Калорийность-560,42, Белки-13,98, Жиры-17,11. Углеводы-84,34	135-00

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы

