

**МЕНЮ НА 24 ЯНВАРЯ ШКОЛА №1**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак льготный</u></b>			
20	<b>Сыр порц.</b>	Калорийность-70, Белки-5,26, Жиры-5,32	<b>31-94</b>
200/10	<b>Каша " Дружба" вязкая молочная из пшена и риса</b> <small>молоко пастеризованное 2,5%, крупа пшено, крупа рисовая, масло сливочное, сахар - песок, соль</small>	Калорийность-264,34, Белки-6,12, Жиры-11,52, Углеводы-33,86	<b>48-34</b>
200/15/ 7	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> <small>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	<b>6-70</b>
70	<b>Апельсин</b>	Калорийность-30,1, Белки-0,63, Жиры-0,14, Углеводы-5,67	<b>27-85</b>
33	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-86,46, Белки-2,48, Жиры-0,96, Углеводы-16,96	<b>10-17</b>
<b>Итого за Завтрак льготный</b>		Калорийность-512,31, Белки-14,55, Жиры-17,95, Углеводы-71,67	<b>125-00</b>
<b><u>Обед льготный</u></b>			
250/2	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями с зеленью</b> <small>картофель, макаронные изделия, морковь, лук репчатый, соль, масло растительное, зелень (укроп/петрушка)</small>	Калорийность-142,96, Белки-3,46, Жиры-3,07, Углеводы-25,25	<b>21-82</b>
50	<b>Котлета рубленая из птицы (филе кур.) 50</b> <small>куриные грудки филе, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</small>	Калорийность-152,23, Белки-8,01, Жиры-9,97, Углеводы-7,58	<b>53-63</b>
150	<b>Картофель отварной 150</b> <small>картофель, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-154,77, Белки-3,03, Жиры-4,93, Углеводы-24,49	<b>34-34</b>
15	<b>Огурец свежий</b>	Калорийность-1,65, Белки-0,11, Жиры-0,02	<b>6-77</b>
200	<b>Напиток смородиновый</b> <small>смородина замороженная, сахар - песок, лимон. кислота</small>	Калорийность-106,76, Белки-0,25, Жиры-0,1, Углеводы-25,78	<b>15-42</b>
16	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-44,05, Белки-0,9, Жиры-0,18, Углеводы-7,9	<b>3-02</b>
<b>Итого за Обед льготный</b>		Калорийность-602,42, Белки-15,76, Жиры-18,27, Углеводы-91	<b>135-00</b>

Бухгалтер

Зав.  
производствомДиректор  
школы