

МЕНЮ НА 6 ФЕВРАЛЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	--	----------------------

Завтрак льготный

200/10	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	Калорийность-289,97, Белки-7,57, Жиры-12,09, Углеводы-37,51	47-68
--------	--	---	--------------

молоко пастеризованное 2,5%, крупа пшено, масло сливочное, сахар - песок, соль

200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-151,6, Белки-3,35, Жиры-2,5, Углеводы-26,76	26-51
-----	---------------------------------------	--	--------------

молоко пастеризованное 2,5%, сахар - песок, кофейный напиток растворимый

90	Груша	Калорийность-42,3, Белки-0,36, Жиры-0,27, Углеводы-9,27	42-97
----	--------------	---	--------------

26	Батон нарезной	Калорийность-68,12, Белки-1,95, Жиры-0,75, Углеводы-13,36	7-84
----	-----------------------	---	-------------

Итого за Завтрак льготный		Калорийность-551,99, Белки-13,23, Жиры-15,61, Углеводы-86,9	125-00
----------------------------------	--	---	---------------

Обед льготный

250/10/ 2	Щи из квашеной капусты со сметаной, зеленью	Калорийность-109,72, Белки-2,42, Жиры-6,72, Углеводы-9,33	44-52
--------------	--	---	--------------

капуста квашеная, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), мука пшеничная, томатная паста., чеснок

50	Биточки рубленые из птицы (филе кур.) 50	Калорийность-161,7, Белки-8,47, Жиры-10,31, Углеводы-8,69	49-73
----	---	---	--------------

куриные грудки филе, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль

150	Каша перловая рассып. 150	Калорийность-196,77, Белки-4,68, Жиры-4,88, Углеводы-33,49	18-52
-----	----------------------------------	--	--------------

крупа перловая, масло сливочное, соль

15	Огурец свежий	Калорийность-1,65, Белки-0,11, Жиры-0,02	6-77
----	----------------------	--	-------------

200	Напиток лимонный	Калорийность-100,66, Белки-0,13, Жиры-0,01, Углеводы-24,38	10-26
-----	-------------------------	--	--------------

сахар - песок, лимон

27	Хлеб столичный	Калорийность-74,34, Белки-1,51, Жиры-0,3, Углеводы-13,34	5-20
----	-----------------------	--	-------------

Итого за Обед льготный		Калорийность-644,84, Белки-17,32, Жиры-22,24, Углеводы-89,23	135-00
-------------------------------	--	--	---------------

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы