

МЕНЮ НА 19 ФЕВРАЛЯ ШКОЛА №1

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|----------------------------------|---|--|----------------------|
| <u>Завтрак льготный</u> | | | |
| 20 | Ветчина порц | Калорийность-74,6, Белки-3,42, Жиры-6,76, Углеводы-0,04 | 14-32 |
| 110/20 | 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-327,57, Белки-17,05, Жиры- 11,02, Углеводы-39,22 | 72-66 |
| 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 |
| 100 | Яблоко св. | Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8 | 25-35 |
| 28 | Хлеб пшеничный | Калорийность-65,8, Белки-2,13, Жиры-0,22, Углеводы-13,78 | 5-97 |
| Итого за Завтрак льготный | | Калорийность-576,38, Белки-22,69, Жиры- 18,41. Углеводы-78,02 | 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 | 29-07 |
| 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 | 66-78 |
| 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 | Чай с сахаром <small>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</small> | Калорийность-59,03, Углеводы-14,97 | 3-66 |
| 19 | Хлеб столичный | Калорийность-52,31, Белки-1,06, Жиры- 0,21, Углеводы-9,39 | 3-75 |
| Итого за Обед льготный | | Калорийность-687,51, Белки-14,12, Жиры- 29,22. Углеводы-89,77 | 135-00 |

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы