

**МЕНЮ НА 19 ФЕВРАЛЯ 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>Ветчина порц</b>	Калорийность-74,6, Белки-3,42, Жиры-6,76, Углеводы-0,04	<b>14-32</b>
110/20	<b>Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком</b> <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	<b>72-66</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>
100	<b>Яблоко св.</b>	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	<b>25-35</b>
28	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-65,8, Белки-2,13, Жиры-0,22, Углеводы-13,78	<b>5-97</b>
<b>Итого за Завтрак льготный</b>		Калорийность-576,38, Белки-22,69, Жиры- 18,41. Углеводы-78,02	<b>125-00</b>
<b><u>Обед льготный</u></b>			
250/10/ 2	<b>Рассольник ленинградский со сметаной, зеленью</b> <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	<b>29-07</b>
50	<b>Биточек из свинины 50</b> <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	<b>66-78</b>
150	<b>Рис отварной 150</b> <small>крупа рисовая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-230,31, Белки-3,81, Жиры- 6,11, Углеводы-40,01	<b>31-74</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	<b>3-66</b>
19	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-52,31, Белки-1,06, Жиры- 0,21, Углеводы-9,39	<b>3-75</b>
<b>Итого за Обед льготный</b>		Калорийность-687,51, Белки-14,12, Жиры- 29,22. Углеводы-89,77	<b>135-00</b>

Бухгалтер

Зав.  
производствомДиректор  
школы