

МЕНЮ НА 20 ФЕВРАЛЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак льготный</u>			
200/10	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом <small>молоко пастеризованное 2,5%, крупа пшено, масло сливочное, сахар - песок, соль</small>	Калорийность-289,97, Белки-7,57, Жиры-12,09, Углеводы-37,51	47-68
200	Кофейный напиток с молоком <small>молоко пастеризованное 2,5%, сахар - песок, кофейный напиток растворимый</small>	Калорийность-151,6, Белки-3,35, Жиры-2,5, Углеводы-26,76	26-51
100	Груша	Калорийность-47, Белки-0,4, Жиры-0,3, Углеводы-10,3	47-75
14	Хлеб пшеничный	Калорийность-32,9, Белки-1,06, Жиры-0,11, Углеводы-6,89	3-06
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-521,47, Белки-12,38, Жиры-15, Углеводы-81.46	125-00
<u>Обед льготный</u>			
250/10/ 2	Щи из квашеной капусты со сметаной, зеленью <small>капуста квашеная, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), мука пшеничная, томатная паста., чеснок</small>	Калорийность-109,72, Белки-2,42, Жиры-6,72, Углеводы-9,33	44-52
50	Биточки рубленые из птицы (филе кур.) 50 <small>куриные грудки филе, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</small>	Калорийность-161,7, Белки-8,47, Жиры-10,31, Углеводы-8,69	54-30
180	Каша перловая рассып. 180 <small>крупа перловая, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-235,94, Белки-5,61, Жиры-5,86, Углеводы-40,15	22-31
200	Напиток лимонный <small>сахар - песок, лимон</small>	Калорийность-100,66, Белки-0,13, Жиры-0,01, Углеводы-24,38	10-26
19	Хлеб столичный	Калорийность-52,31, Белки-1,06, Жиры-0,21, Углеводы-9,39	3-61
Итого за Обед льготный		Калорийность-660,33, Белки-17,69, Жиры-23.11, Углеводы-91.94	135-00

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы