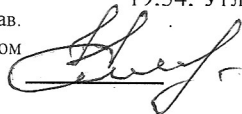


**МЕНЮ НА 21 МАРТА ШКОЛА №1**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак льготный</u></b>			
25	<b>Сыр порц.</b>	Калорийность-87,5, Белки-6,58, Жиры-6,65	<b>39-93</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>48-41</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <small>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</small>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	<b>3-84</b>
100	<b>Яблоко св.</b>	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	<b>25-35</b>
25	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-65,5, Белки-1,87, Жиры-0,72, Углеводы-12,85	<b>7-47</b>
<b>Итого за Завтрак льготный</b>		Калорийность-523,37, Белки-14,6, Жиры-19,29. Углеводы-71,48	<b>125-00</b>
<b><u>Обед льготный</u></b>			
250/10/ 2	<b>Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной с зеленью</b> <small>капуста б/к, картофель, лук репчатый, морковь, сметана 15%, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка), томатная паста.</small>	Калорийность-109,6, Белки-2,18, Жиры-6,72, Углеводы-9,83	<b>25-25</b>
50/60	<b>Фрикадельки из филе кур.в соусе сметанном с томатом</b>	Калорийность-119,03, Белки-8,14, Жиры-7,63, Углеводы-4,47	<b>74-34</b>
50/60	<b>50/60</b> <small>куриные грудки филе, молоко пастеризованное 2,5%, хлеб пшеничный, соль, соус сметанный с томатом</small>	Калорийность-216,72, Белки-5,8, Жиры-5,01, Углеводы-37,05	<b>19-43</b>
150	<b>Макаронны отварные 150</b> <small>макаронные изделия, масло сливочное, соль</small>	Калорийность-102,1, Белки-0,13, Жиры-0,03, Углеводы-25,15	<b>13-30</b>
200	<b>Напиток апельсиновый</b> <small>сахар - песок, апельсин, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</small>	Калорийность-38,55, Белки-0,78, Жиры-0,15, Углеводы-6,92	<b>2-68</b>
14	<b>Хлеб столичный</b>		
<b>Итого за Обед льготный</b>		Калорийность-586, Белки-17,03, Жиры-19,54. Углеводы-83,42	<b>135-00</b>

Бухгалтер

Зав.  
производством

Директор  
школы
