

МЕНЮ НА 25 АПРЕЛЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак льготный			
60	Биточек из свинины 60 свинина б/к (лопатка), хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло растительное, соль	Калорийность-202,91, Белки-6,65, Жиры-16, Углеводы-7,99	79-48
150	Каша рассып. гречневая 150 крупа гречневая, масло сливочное, соль	Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34,64	22-33
20	Огурец свежий	Калорийность-2,84, Белки-0,14, Жиры-0,04, Углеводы-0,5	9-03
200/15/7	Чай с сахаром и лимоном сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	7-10
100	Яблоко св.	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	25-35
22	Хлеб пшеничный	Калорийность-51,7, Белки-1,67, Жиры-0,18, Углеводы-10,82	4-71
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-591,78, Белки-16,21, Жиры-22,96. Углеводы-78,93	148-00
Обед льготный			
250/15/2	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом(филе кур) 250/15/2 картофель, куриные грудки филе, лук репчатый, морковь, макаронные изделия, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)	Калорийность-182,83, Белки-6,28, Жиры-5,95, Углеводы-25,94	45-52
90	Котлета "Заводская" 90 свинина б/к (лопатка), куриные грудки филе, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль	Калорийность-251,05, Белки-9,21, Жиры-18,96, Углеводы-10,77	122-11
150	Рис припущенный 150 крупа рисовая, масло сливочное, соль	Калорийность-214,1, Белки-3,71, Жиры-4,86, Углеводы-38,9	27-94
20	Огурец свежий	Калорийность-2,84, Белки-0,14, Жиры-0,04, Углеводы-0,5	9-03
200	Чай с сахаром сахар - песок, чай черный крупнолистовой	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	3-84
23	Хлеб столичный	Калорийность-63,33, Белки-1,29, Жиры-0,25, Углеводы-11,36	4-56
Итого за Обед льготный		Калорийность-773,18, Белки-20,63, Жиры-30,06. Углеводы-102,44	213-00

Бухгалтер

Зав.
производством

Директор
школы
