

**МЕНЮ НА 19 МАЯ 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>			
30	<b>Сыр порц.</b>	Калорийность-105, Белки-7,89, Жиры-7,98	<b>47-92</b>
200/10	<b>Каша вязкая молочная пшеничная с маслом</b>	Калорийность-289,97, Белки-7,57, Жиры-12,09, Углеводы-37,51	<b>61-24</b>
200/15/ 7	<b>Чай с сахаром и лимоном</b>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	<b>7-10</b>
100	<b>Яблоко св.</b>	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	<b>25-35</b>
21	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-55,02, Белки-1,58, Жиры-0,61, Углеводы-10,79	<b>6-39</b>
<b>Итого за Завтрак льготный</b>		Калорийность-558,4, Белки-17,13, Жиры-21,09. Углеводы-73,28	<b>148-00</b>
<b><u>Обед льготный</u></b>			
250/15/ 2	<b>Суп картофельный с крупой (рис) с мясом(филе кур),с зеленью</b>	Калорийность-137,98, Белки-4,96, Жиры-5,29, Углеводы-17,56	<b>39-56</b>
80/50	<b>Тефтели (свин.) в смет.с томатом соусе 80/50</b>	Калорийность-342,61, Белки-9,88, Жиры-27,11, Углеводы-14,59	<b>103-39</b>
150	<b>Каша рассып. гречневая 150</b>	Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34,64	<b>24-84</b>
30	<b>Горошек зеленый порц.</b>	Калорийность-12, Белки-0,93, Жиры-0,06, Углеводы-1,95	<b>19-52</b>
200	<b>Компот из изюма</b>	Калорийность-115,23, Белки-0,46, Жиры-0,1, Углеводы-28,13	<b>19-48</b>
31	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-85,35, Белки-1,74, Жиры-0,34, Углеводы-15,31	<b>6-21</b>
<b>Итого за Обед льготный</b>		Калорийность-919,09, Белки-25,63, Жиры-39,23. Углеводы-112,18	<b>213-00</b>

Бухгалтер

Зав.  
производствомДиректор  
школы

