

## МЕНЮ НА 1 ДЕКАБРЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u><b>Завтрак льготный</b></u>			
15	<b>Сыр порц.</b>	Калорийность-52,5, Белки-3,95, Жиры-3,99	<b>25-82</b>
	<b>Каша "Дружба" вязкая</b>		
190/10	<b>молочная из пшена и риса</b>	Калорийность-255,01, Белки-5,82, Жиры-11,36, Углеводы-32,21	<b>48-38</b>
	<b>190/10</b>	молоко пастеризованное 2,5%, крупа пшено, крупа рисовая, масло сливочное, сахар - песок, соль	
200	<b>Какао растворимый с молоком</b>	Калорийность-138,95, Белки-5,8, Жиры-4,6, Углеводы-18,13	<b>30-18</b>
		молоко 2,5% ультрапастеризованное, какао растворимый, сахар - песок	
100	<b>Яблоко св.</b>	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	<b>35-10</b>
28	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-73,36, Белки-2,1, Жиры-0,81, Углеводы-14,39	<b>8-52</b>
<b>Итого за Завтрак льготный</b>		Калорийность-566,82, Белки-17,7, Жиры-21,16. Углеводы-74,53	<b>148-00</b>
<u><b>Обед льготный</b></u>			
250	<b>Суп картофельный с крупой (рис) зеленью 250</b>	Калорийность-105,51, Белки-2,16, Жиры-2,88, Углеводы-17,45	<b>25-23</b>
		картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)	
80/40	<b>Тефтели (свин.) в смет.с томатом соусе 80/40</b>	Калорийность-335,65, Белки-9,71, Жиры-26,72, Углеводы-13,9	<b>104-40</b>
		свинина б/к, соус сметанный с томатом, лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное, соль, мука пшеничная	
150	<b>Каша рассып. гречневая 150</b>	Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34,64	<b>22-35</b>
		крупа гречневая, масло сливочное, соль	
35	<b>Кукуруза порц.</b>	Калорийность-24,15, Белки-0,88, Жиры-0,42, Углеводы-3,68	<b>35-26</b>
200	<b>Компот из свежих яблок</b>	Калорийность-114,56, Белки-0,01, Жиры-0,16, Углеводы-27,87	<b>20-65</b>
		яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота	
26	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-71,59, Белки-1,46, Жиры-0,29, Углеводы-12,84	<b>5-11</b>
<b>Итого за Обед льготный</b>		Калорийность-877,38, Белки-21,88, Жиры-36,8. Углеводы-110,38	<b>213-00</b>

Бухгалтер

Зав.  
производствомДиректор  
школы
