

МЕНЮ НА 15 ДЕКАБРЯ ШКОЛА №1

| Выход (г) | Наименование блюда | зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания |
|----------------------------------|--|--|----------------------|
| <u>Завтрак льготный</u> | | | |
| 15 | Сыр порц. | Калорийность-52,5, Белки-3,95, Жиры-3,99 | 25-82 |
| | Каша "Дружба" вязкая | | |
| 190/10 | молочная из пшена и риса | Калорийность-255,01, Белки-5,82, Жиры-11,36, Углеводы-32,21 | 48-38 |
| | 190/10 | | |
| | <small>молоко пастеризованное 2,5%, крупа пшено, крупа рисовая, масло сливочное, сахар - песок, соль</small> | | |
| 200 | Какао растворимый с молоком | Калорийность-138,95, Белки-5,8, Жиры-4,6, Углеводы-18,13 | 30-18 |
| | <small>молоко 2.5% ультрапастеризованное, какао растворимый, сахар - песок</small> | | |
| 100 | Яблоко св. | Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8 | 35-10 |
| 28 | Батон нарезной | Калорийность-73,36, Белки-2,1, Жиры-0,81, Углеводы-14,39 | 8-52 |
| Итого за Завтрак льготный | | Калорийность-566,82, Белки-17,7, Жиры-21,16, Углеводы-74,53 | 148-00 |
| <u>Обед льготный</u> | | | |
| 250 | Суп картофельный с крупой (рис) зеленью 250 | Калорийность-105,51, Белки-2,16, Жиры-2,88, Углеводы-17,45 | 25-23 |
| | <small>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)</small> | | |
| 80/40 | Тефтели (свин.) в смет.с томатом соусе 80/40 | Калорийность-335,65, Белки-9,71, Жиры-26,72, Углеводы-13,9 | 104-40 |
| | <small>свинина б/к, соус сметанный с томатом, лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное, соль, мука пшеничная</small> | | |
| 150 | Каша рассып. гречневая 150 | Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34,64 | 22-35 |
| | <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль</small> | | |
| 35 | Кукуруза порц. | Калорийность-24,15, Белки-0,88, Жиры-0,42, Углеводы-3,68 | 35-26 |
| 200 | Компот из свежих яблок | Калорийность-114,56, Белки-0,01, Жиры-0,16, Углеводы-27,87 | 20-65 |
| | <small>яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</small> | | |
| 26 | Хлеб столичный | Калорийность-71,59, Белки-1,46, Жиры-0,29, Углеводы-12,84 | 5-11 |
| Итого за Обед льготный | | Калорийность-877,38, Белки-21,88, Жиры-36,8, Углеводы-110,38 | 213-00 |

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы