

## МЕНЮ НА 19 ЯНВАРЯ 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>			
15	<b>Сыр порц.</b>	Калорийность-52,5, Белки-3,95, Жиры-3,99	<b>26-44</b>
190/10	<b>Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом 190/10</b>	Калорийность-295,95, Белки-7,95, Жиры-13,22, Углеводы-36,16	<b>51-07</b>
<small>молоко 2.5% ультрапастеризованное, крупа геркулес, масло сливочное, сахар - песок, соль</small>			
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	Калорийность-151,6, Белки-3,35, Жиры-2,5, Углеводы-26,76	<b>28-38</b>
<small>молоко пастеризованное 2,5%, сахар - песок, кофейный напиток растворимый</small>			
100	<b>Яблоко св.</b>	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	<b>35-10</b>
21	<b>Батон нарезной</b>	Калорийность-55,02, Белки-1,58, Жиры-0,61, Углеводы-10,79	<b>7-01</b>
<b>Итого за Завтрак льготный</b>		Калорийность-602,07, Белки-16,86, Жиры-20,72, Углеводы-83,51	<b>148-00</b>
<b><u>Обед льготный</u></b>			
250	<b>Суп картоф. с бобовыми (горох) с зеленью 250</b>	Калорийность-152,93, Белки-5,92, Жиры-5,52, Углеводы-19,66	<b>22-81</b>
<small>картофель, горох илиф., лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)</small>			
90	<b>Шницель из свинины 90</b>	Калорийность-405,68, Белки-13,85, Жиры-31,58, Углеводы-16,31	<b>130-19</b>
<small>свинина б/к, молоко 2.5% ультрапастеризованное, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное</small>			
150	<b>Каша рассып. гречневая 150</b>	Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры-6,33, Углеводы-34,64	<b>23-80</b>
<small>крупа гречневая, масло сливочное, соль</small>			
30	<b>Горошек зеленый порц.</b>	Калорийность-12, Белки-0,93, Жиры-0,06, Углеводы-1,95	<b>25-19</b>
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	<b>4-08</b>
<small>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</small>			
32	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-88,11, Белки-1,79, Жиры-0,35, Углеводы-15,81	<b>6-93</b>
<b>Итого за Обед льготный</b>		Калорийность-943,67, Белки-30,15, Жиры-43,84, Углеводы-103,34	<b>213-00</b>

Бухгалтер

Зав.  
производствомДиректор  
школы