

МЕНЮ НА 9 ФЕВРАЛЯ ШКОЛА №1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак льготный</u>			
25	Сыр порц.	Калорийность-87,5, Белки-6,58, Жиры-6,65	44-08
	Каша "Дружба" вязкая		
190/10	молочная из пшена и риса	Калорийность-255,01, Белки-5,82, Жиры-11,36, Углеводы-32,21	50-08
	190/10		
	<small>молоко пастеризованное 2,5%, крупа пшено, крупа рисовая, масло сливочное, соль, сахар - песок</small>		
200	Чай с лимоном и сахаром	Калорийность-62,16, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	7-87
	ЭПП		
	<small>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</small>		
100	Яблоко св.	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	35-10
32	Батон нарезной	Калорийность-83,84, Белки-2,4, Жиры-0,93, Углеводы-16,45	10-87
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-535,51, Белки-14,89, Жиры-19,35. Углеводы-73,64	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	25-30
	<small>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло растительное, соль, зелень (укроп/петрушка)</small>		
60/50	Тeftели (свин.) в томатном соусе 60/50	Калорийность-263,93, Белки-7,49, Жиры-20,08, Углеводы-13,15	79-74
	<small>соус томатный, свинина б/к, лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное, соль, мука пшеничная</small>		
180	Каша рассып. гречневая 180	Калорийность-271,1, Белки-9,19, Жиры-7,6, Углеводы-41,57	28-56
	<small>крупа гречневая, масло сливочное, соль</small>		
50	Кукуруза порц.	Калорийность-34,5, Белки-1,25, Жиры-0,6, Углеводы-5,25	50-38
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-114,56, Белки-0,01, Жиры-0,16, Углеводы-27,87	20-79
	<small>яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</small>		
38	Хлеб столичный	Калорийность-104,63, Белки-2,13, Жиры-0,42, Углеводы-18,77	8-23
Итого за Обед льготный		Калорийность-894,23, Белки-22,23, Жиры-31,74. Углеводы-124,06	213-00

Бухгалтер

Зав.
производством

Директор
школы
