

**МЕНЮ НА 18 ФЕВРАЛЯ 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>			
140/30	<b>Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком 140/30</b> <i>творог, молоко сгущенное, морковь, молоко 2.5% ультрапастеризованное, сахар - песок, крупа манная, яйцо столовое, масло растительное, сухари панировочные, сметана 15%</i>	Калорийность-426,94, Белки-22,08, Жиры-14,4, Углеводы-51,21	<b>100-25</b>
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-59,03, Углеводы-14,97	<b>4-08</b>
100	<b>Яблоко св.</b>	Калорийность-47, Белки-0,03, Жиры-0,4, Углеводы-9,8	<b>35-10</b>
36	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-84,6, Белки-2,74, Жиры-0,29, Углеводы-17,71	<b>8-57</b>
<b>Итого за Завтрак льготный</b>		Калорийность-617,57, Белки-24,85, Жиры-15,09, Углеводы-93,69	<b>148-00</b>
<b><u>Обед льготный</u></b>			
250	<b>Борщ со св.капустой и картоф., сметаной, зеленью 250</b> <i>свекла, картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, сметана 15%, томатная паста, масло растительное, сахар - песок, соль, зелень (укроп/петрушка)</i>	Калорийность-93,56, Белки-2,01, Жиры-3,78, Углеводы-12,62	<b>29-94</b>
90	<b>Котлета рубленая из птицы (филе кур.) 90</b> <i>филе куриное, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль</i>	Калорийность-278,34, Белки-15, Жиры-18,17, Углеводы-13,64	<b>104-36</b>
150	<b>Картофель отварной 150</b> <i>картофель, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-154,77, Белки-3,03, Жиры-4,93, Углеводы-24,49	<b>46-69</b>
20	<b>Горошек зеленый порц.</b>	Калорийность-8, Белки-0,62, Жиры-0,04, Углеводы-1,3	<b>16-79</b>
200	<b>Чай с лимоном и сахаром 200</b> <i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-62,16, Белки-0,06, Жиры-0,01, Углеводы-15,18	<b>7-87</b>
34	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-93,61, Белки-1,9, Жиры-0,37, Углеводы-16,8	<b>7-35</b>
<b>Итого за Обед льготный</b>		Калорийность-690,44, Белки-22,62, Жиры-27,3, Углеводы-84,03	<b>213-00</b>

Бухгалтер

Зав.  
производствомДиректор  
школы