АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

01.02.2023 (1ср)

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
100	**Филе птицы в соусе с томатом** *филе грудки куриное, масло сливочное , томат-паста, морковь в/к, лук в/к, сметана 15%, мука пшеничная в/с, соль йодированная*	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-4, Калорийность-129	61-43
200	**Макароны отварные с маслом** *макаронные изделия (весовые), масло сливочное , соль йодированная*	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-47, Калорийность-251	13-09
200	**Чай с молоком** *молоко 2.5%, сахар-песок, чай черный лист*	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-67	6-82
50	**Хлеб пшеничный**	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25, Калорийность-138	3-96
550	**Итого за Завтрак**	Белки-24, Жиры-16, Углеводы-88, Калорийность-584	85-30
	Обед		
100	**Салат из моркови с сахаром** *морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная*	Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-83	11-46
250	**Суп крестьянский с крупой** *капуста в/к, картофель в/к, морковь в/к, лук в/к, крупа пшено, масло подсолнечное, соль йодированная*	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-119	8-98
100	**Гуляш из говядины** *мясо говядина б/к 1сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, соль йодированная*	Белки-16, Жиры-6, Углеводы-4, Калорийность-132	70-12
180	**Перловка с овощами** *крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная*	Белки-6, Жиры-9, Углеводы-38, Калорийность-257	7-99
200	**Компот из свежих яблок** *яблоко, сахар-песок, кислота лимонная*	Углеводы-19, Калорийность-76	8-61
30	**Хлеб пшеничный**	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-83	2-37
30	**Хлеб ржано- пшеничный**	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-67	1-98
890	**Итого за Обед**	Белки-31, Жиры-28, Углеводы-114, Калорийность-816	111-51
	Полдник		
250	**Апельсин**	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20, Калорийность-108	34-50
58	**Печенье Овсяное**	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	**Кисель из к/ц плодового или ягодного** *кисель плодово-ягодный, сахар-песок*	Углеводы-36, Калорийность-134	6-61
508	**Итого за Полдник**	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-79, Калорийность-382	49-81
508	**Итого за день**	Белки-60, Жиры-48, Углеводы-281, Калорийность-1 782	246-62

Бухгалтер-калькулятор Малышева Н.М.

Генеральный директор Затонский Д.А.

Согласовано Директор

МП

МОАУ "СОШ № 86"