

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Бутерброд с повидлом <i>батон нарезной, повидло, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-5, Калорийность-179	12-71
220	Плов из филе птицы <i>крупа рисовая, филе грудки куриное, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-42, Калорийность-297	41-87
200	Кофейный напиток с молоком сгущенным <i>молоко сгущенное цельное, кофейный напиток</i>	Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-71	9-58
21	Хлеб пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-58	1-64
501	Итого за Завтрак	Белки-17, Жиры-16, Углеводы-66, Калорийность-604	65-80
Обед			
80	Салат "Принцесса на горошине" <i>яйцо куриное, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-5, Углеводы-2, Калорийность-80	25-54
200	Свекольник <i>свекла в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, сахар-песок, томат-паста</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-95	14-45
10	Сметана к I блюдам	Жиры-2, Калорийность-16	4-53
100	Фрикадельки из говядины в соусе <i>фарш из говядины (полуфабрикат), сметана 15%, мука пшеничная в/с, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, томат-паста, лук в/к, яйцо куриное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-12, Калорийность-184	36-52
160	Макаронны отварные с маслом <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-37, Калорийность-201	10-47
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
20	Хлеб пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-55	1-58
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-45	1-32
790	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-26, Углеводы-109, Калорийность-770	104-49
790	Итого за день	Белки-44, Жиры-42, Углеводы-175, Калорийность-1374	170-29

Бухгалтер-калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный директор

Затонский Д.А.

Согласовано Директор

МП

