

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Салат картофельный с соленым огурцом <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-5, Калорийность-108	13-73
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-15, Калорийность-94	10-98
15	Гренки из пш. хлеба	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-35	2-22
90	Котлета из говядины с соусом сливочно- томатным <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, масло подсолнечное, сухари панировочные, соль йодированная, молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-13, Калорийность-206	46-42
180	Перловка с овощами <i>крупа перловая, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-9, Углеводы-38, Калорийность-257	7-99
200	Отвар шиповника с сахаром <i>шиповник, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-25, Калорийность-101	10-67
27	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13, Калорийность-61	1-79
812	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-28, Углеводы-112, Калорийность-861	93-80
<u>Полдник</u>			
40	Булочка с повидлом и помадкой <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие</i>	Белки-3, Жиры-2, Калорийность-147	5-91
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-52
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-42
440	Итого за Полдник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-300	31-85
440	Итого за день	Белки-32, Жиры-31, Углеводы-149, Калорийность-1162	125-65

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшцева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

