

Акционерное общество
"Комбинат школьного
питания"

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (ру)
Завтрак			
100	Салат из белокочанной капусты с маслом <i>капуста в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-7, Калорийность-82	10-15
250	Плов из говядины <i>крупа рисовая, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), морковь в/к, масло подсолнечное, лук в/к, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-28, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-361	72-63
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-42
40	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-2, Углеводы-20, Калорийность-110	3-16
590	Итого за Завтрак	Белки-34, Жиры-13, Углеводы-91, Калорийность-613	88-36
Обед			
100	Салат "Принцесса на горошине" <i>яйцо куриное, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-2, Калорийность-100	31-93
250	Суп с домашней лапшой <i>мука пшеничная в/с, лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, яйцо куриное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-130	5-19
100	Биточек припущенный из птицы <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-108	44-18
180	Картофель по-деревенски <i>картофель в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-51, Калорийность-278	28-51
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
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-35, Жиры-27, Углеводы-124, Калорийность-859	124-24
Полдник			
50	Булочка школьная <i>мука пшеничная в/с, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная, дрожжи сухие, масло подсолнечное</i>	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-33, Калорийность-162	3-79
100	Мандарин	Белки-1, Калорийность-38	24-00
200	Чай б/с		0-81
350	Итого за Полдник	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-33, Калорийность-200	28-60
350	Итого за день	Белки-73, Жиры-41, Углеводы-247, Калорийность-1 672	241-20

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

