

Акционерное общество

"Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

**Меню Школа 12-18**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
60	<b>Бутерброд с повидлом</b> <i>батон нарезной, повидло, масло сливочное</i>	Белки-2, Жиры-5, Калорийность-179	12-71
250/5	<b>Каша молочная Геркулес с маслом</b> <i>молоко 2.5%, крупа геркулесовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-9, Углеводы-38, Калорийность-268	20-87
200	<b>Яблоко</b>	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-52
200	<b>Чай с вареньем из черной смородины</b> <i>варенье в ассортименте, сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-5, Калорийность-63	8-17
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-4, Жиры-2, Углеводы-20, Калорийность-110	3-16
755	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-16, Жиры-16, Углеводы-85, Калорийность-713	68-43
<b>Обед</b>			
100	<b>Салат "Столичный" б/к с солёным огурцом</b> <i>яйцо куриное, картофель в/к, огурцы солёные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-9, Углеводы-6, Калорийность-151	22-72
250	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем</b> <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-96	15-48
100	<b>Шницель припущенный из птицы с соусом томатным</b> <i>фари куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-118	37-26
180	<b>Рис "Светофор" с морковью и горошком</b> <i>крупа рисовая, морковь в/к, горошек зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-13, Углеводы-35, Калорийность-280	20-88
200	<b>Компот из сухофруктов</b> <i>смесь сухофруктов, сахар-песок</i>	Углеводы-29, Калорийность-120	6-55
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-83	2-37
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-67	1-98
890	<b>Итого за Обед</b>	Белки-29, Жиры-33, Углеводы-121, Калорийность-915	107-24
<b>Полдник</b>			
40	<b>Булочка с повидлом и помадкой</b> <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
250	<b>Апельсин</b>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-20, Калорийность-108	34-50
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-42
490	<b>Итого за Полдник</b>	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-35, Калорийность-314	42-83
490	<b>Итого за день</b>	Белки-50, Жиры-51, Углеводы-241, Калорийность-1 942	218-50

Бухгалтер-  
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный  
директор

Затонский Д.А.

Согласовано  
Директор