

Акционерное общество
"Комбинат школьного питания "Огонёк"
№1
ИНН 5011077285

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Митболы <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, яйцо куриное, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-15, Жиры-10, Углеводы-8, Калорийность-181	57-62
180	Рагу из овощей <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-9, Углеводы-25, Калорийность-193	21-14
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	8-70
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-45
50	Хлеб пшеничный	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25, Калорийность-138	3-96
588	Итого за Завтрак	Белки-27, Жиры-25, Углеводы-88, Калорийность-682	93-87
Обед			
100	Винегрет овощной <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, свекла в/к, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-136	14-88
250	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-118	13-73
20	Гренки из пш. хлеба	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-47	2-97
80/30	Фрикадельки из кур с соусом сметанным с томатом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, сметана 15%, яйцо куриное, мука пшеничная в/с, соль йодированная, масло сливочное, томат-паста</i>	Белки-11, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-131	44-18
180	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-7, Углеводы-38, Калорийность-236	15-01
200	Напиток из варенья клубничного <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-27, Калорийность-107	8-34
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
920	Итого за Обед	Белки-33, Жиры-26, Углеводы-143, Калорийность-925	103-46
Полдник			
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-52
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20, Калорийность-120	4-49
200	Сок фруктовый	Углеводы-23, Калорийность-94	10-08
434	Итого за Полдник	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-65, Калорийность-307	38-09
434	Итого за день	Белки-63, Жиры-54, Углеводы-296, Калорийность-1914	235-42

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

