

Школа 7-11 (2 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
70	Салат из свеклы с черносливом и чесноком <i>свекла в/к, чернослив, масло подсолнечное, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-106	10-71
200	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-5, Углеводы-9, Калорийность-104	4-15
220	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляши), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-20, Жиры-16, Углеводы-29, Калорийность-356	67-08
200	Напиток из варенья клубничного <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-27, Калорийность-107	8-34
21	Хлеб пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-58	1-67
28	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14, Калорийность-63	1-85
739	Итого за Обед	Белки-28, Жиры-27, Углеводы-99, Калорийность-794	93-80
Полдник			
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-5, Жиры-7, Углеводы-21, Калорийность-161	5-91
250	Апельсин	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20, Калорийность-108	34-50
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-40	2-42
490	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-51, Калорийность-309	42-83
Итого за день			136-63
Белки-36, Жиры-35, Углеводы-150, Калорийность-1103			

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

МП

