

**Школа 7-11 (1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
30/170	<b>Жаркое по-домашнему</b> <i>картофель в/к, свинина окорок (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-9, Углеводы-23, Калорийность-226	<b>52-77</b>
60	<b>Печенье Овсяное</b>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24, Калорийность-145	<b>9-72</b>
200	<b>Чай фруктовый</b> <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	<b>3-04</b>
42	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-21, Калорийность-99	<b>3-45</b>
<b>502</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-18, Жиры-13, Углеводы-75, Калорийность-500	<b>68-98</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат "Полоньский"</b> <i>капуста в/к, помидоры, перец зел, огурцы, лук зеленый, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3, Калорийность-68	<b>13-22</b>
200	<b>Суп рыбный</b> <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16, Калорийность-95	<b>19-61</b>
60/30	<b>Шницель припущенный из птицы с соусом сливочно- томатным</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная/молоко 2.5%, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры - 7, Углеводы-13, Калорийность-143	<b>47-72</b>
150	<b>Каша ячневая рассыпчатая с маслом</b> <i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-181	<b>7-40</b>
200	<b>Компот из сушеных фруктов</b> <i>сахар-песок, изюм, курага</i>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-99	<b>9-13</b>
30	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	<b>2-52</b>
28	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-51	<b>1-96</b>
<b>758</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-21, Жиры-18, Углеводы-107, Калорийность-708	<b>101-56</b>
<b>758</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-39, Жиры-31, Углеводы-183, Калорийность-1 208	<b>170-54</b>

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

МП

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 000A91720996827D7680DE13FCA85359B  
Владелец: Абдраимова Юлия Александровна  
Действителен: с 22.03.2023 до 14.06.2024