

Школа 7-11 (1 смена)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|--|----------------------------|
| Завтрак | | | |
| 65 | Помидоры свежие | Белки-1, Углеводы-3, Калорийность-12 | 10-39 |
| 60/30 | Митболы с томатным соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в с. лук в/к, яйцо куриное с2, масло подсолнечное. соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i> | Белки-9, Жиры-8, Углеводы-6, Калорийность-125 | 41-10 |
| 170 | Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-10, Жиры-12, Углеводы-47, Калорийность-343 | 8-62 |
| 200/7 | Чай с лимоном. <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i> | Углеводы-15, Калорийность-61 | 4-98 |
| 47 | Хлеб пшеничный. | Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-106 | 3-89 |
| Итого за Завтрак | | Белки-23, Жиры-21, Углеводы-93, Калорийность-647 | 68-98 |
| 579 | | | |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из моркови с сахаром <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-50 | 7-27 |
| 200 | Суп картофельный с вермишелью. <i>картофель в/к, вермишель (макаронные изделия яичные), лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i> | Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-106 | 13-11 |
| 90 | Печень по-строгановски. <i>печень говяжья, сметана 15%, лук в/к, масло подсолнечное, мука пшеничная в/с, масло сливочное, соль йодированная</i> | Белки-14, Жиры-10, Углеводы-6, Калорийность-173 | 47-41 |
| 150 | Рис "Светофор" с морковью и кукурузой <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i> | Белки-5, Жиры-10, Углеводы-37, Калорийность-260 | 18-74 |
| 200 | Сок фруктовый | Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85 | 10-08 |
| 34 | Хлеб пшеничный. | Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-80 | 2-86 |
| 30 | Хлеб ржано-пшеничный. | Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54 | 2-10 |
| Итого за Обед | | Белки-27, Жиры-27, Углеводы-109, Калорийность-808 | 101-57 |
| 764 | | | |
| Итого за день | | Белки-50, Жиры-47, Углеводы-203, Калорийность-1 460 | 170-55 |
| 764 | | | |

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 00DA91720996827D7680DE13FC4C85359B
Владелец: Абдраимова Юлия Александровна
Действителен с 22.03.2023 до 14.06.2024