

Меню СОШ (7-11, 2 см)

Выход (г)	Наименование блюда	Эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микро-элементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
70	Салат "Бурячок" <i>свекла в.к, яблоко, горошек зеленый, масло подсолнечное</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7, Калорийность-78	14-41
200	Суп картофельный с рисом. <i>картофель в.к, крупа рисовая, морковь в.к, лук в.к, масло сливочное, соль поваренная, лавровый лист</i>	Белки-4, Жиры-5,4, Углеводы-15, Калорийность-92	17-68
200	Жаркое по-домашнему (свинина с морк) <i>картофель в.к, свинина окорок (нарезка кубик), лук в.к, морковь в.к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-16, Углеводы-21, Калорийность-286	55-68
200	Компот из сушеных фруктов (курага и изюм) <i>сахар-песок, изюм, курага</i>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-86	11-30
34,11	Хлеб пшеничный	Белки-3, Углеводы-19, Калорийность-80	3-04
40	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-72	2-97
744,11	Итого за Завтрак	Белки-24, Жиры-26, Углеводы-102, Калорийность-708	105-08
<u>Полдник</u>			
50	Сочни с творогом. <i>яйцо куриное с2, творог, мука пшеничная в.с, маргарин, сметана 15%, сахар-песок, сода пищевая, соль йодированная</i>	Белки-7, Жиры-10, Углеводы-13, Калорийность-166	19-59
180	Напиток из варенья <i>варенье в ассортименте (ягоды), сахар-песок, лимонная кислота</i>	Углеводы-2, Калорийность-89	8-23
100	Фруктовая нарезка (банан)	Углеводы-11, Калорийность-47	25-80
330	Итого за Полдник	Белки-8, Жиры-10, Углеводы-46, Калорийность-301	53-62
330	Итого за день	Белки-31, Жиры-36, Углеводы-148, Калорийность-1009	158-70

М.П.

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
ДиректорДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 00DA91720906827D7660DE13FCAC853566
Владелец: Абдраимова Юлия Александровна
Действителен с 22.03.2023 до 14.06.2024