

Меню СОШ (7-11, 2 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Обед</u>			
60	Салат "Бурячок" <i>свекла в/к, яблоко, горошек зеленый, масло подсолнечное</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-58	12-35
200	Суп картофельный с рисом. <i>картофель в/к, крупа рисовая, морковь в/к, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, лавровый лист</i>	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-22, Калорийность-143	17-68
90	Биточек домашний с соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), фарш свиной (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, сахар панировочные, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, яйцо куриное с2</i>	Белки-11, Жиры-12, Углеводы-18, Калорийность-210	37-27
150	Рагу из овощей <i>картофель в/к, капуста в/к, морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, муки пшеничная в/с, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-124	24-82
180	Сок фруктовый	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-76	9-29
24,6	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-19
20	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-48
724,6	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-24, Углеводы-102, Калорийность-706	105-08
<u>Полдник</u>			
100	Сочни с творогом. <i>яйцо куриное с2, творог, мука пшеничная в/с, маргарин, сметана 15%, сахар-песок, сода пищевая, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-20, Углеводы-25, Калорийность-332	39-18
200	Компот из кураги <i>курага, сахар-песок</i>	Углеводы-23, Калорийность-92	13-88
300	Итого за Полдник	Белки-14, Жиры-20, Углеводы-48, Калорийность-424	53-06
300	Итого за день	Белки-31, Жиры-44, Углеводы-150, Калорийность-1130	158-14

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Загонский

Согласовано
Директор

МП

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 00DA91720998827D7680DE13FC4C85359B
Владелец: Абдраимова Юлия Александровна
Действителен: с 22.03.2023 до 14.06.2024