

**Школа 7-11 (1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>			
90	<b>Шницель припущенный из птицы с соусом</b> <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-7, Калорийность-177	36-38
165	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-21, Калорийность-150	23-91
195	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-59	2-07
20	<b>Сушки</b>	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	3-53
36	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-18, Калорийность-85	3-09
<b>506</b>	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-18, Жиры-16, Углеводы-75, Калорийность-538	<b>68-98</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-83	7-64
200	<b>Суп гороховый</b> <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-114	12-91
15	<b>Гренки из пш. хлеба</b>	Углеводы-12, Калорийность-60	2-41
100	<b>Азу по-татарски</b> <i>мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, огурцы солёные, мука пшеничная в/с, томат-паста, масло сливочное, соль йодированная, чеснок, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-132	58-93
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-42, Калорийность-223	11-91
180	<b>Компот из сушеных фруктов (курага)</b> <i>курага, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-25, Калорийность-102	9-79
20	<b>Хлеб ржано-пшеничный.</b>	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	1-43
<b>725</b>	<b>Итого за Обед</b>	Белки-22, Жиры-21, Углеводы-115, Калорийность-750	<b>105-02</b>
<b>725</b>	<b>Итого за день</b>	Белки-40, Жиры-38, Углеводы-193, Калорийность-1 287	<b>174-00</b>

МП

Бухгалтер-  
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
ДлДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ