

**Школа 7-11 (1 смена)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
65	<b>Помидоры свежие</b>	Белки-1, Углеводы-3, Калорийность-12	10-39
60/30	<b>Митболы с томатным соусом</b> <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	<b>Каша гречневая</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-12, Углеводы-47, Калорийность-343	8-62
200/7	<b>Чай с лимоном.</b> <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	4-98
47	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-106	3-89
579	<b>Итого за Завтрак</b>	Белки-23, Жиры-21, Углеводы-93, Калорийность-647	68-98
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из моркови с сахаром</b> <i>морковь в/к, сахар-песок, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-50	7-27
200	<b>Суп картофельный с вермишелью.</b> <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	<b>Печень по-строгановски.</b> <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	<b>Рис "Светофор" с морковью и кукурузой</b> <i>морковь в/к, крупа рисовая, кукуруза консервированная, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-5, Жиры-10, Углеводы-37, Калорийность-260	18-74
200	<b>Сок фруктовый</b>	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-85	10-08
34	<b>Хлеб пшеничный.</b>	Белки-3, Углеводы-17, Калорийность-80	2-86
30	<b>Хлеб ржано- пшеничный.</b>	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-10
764	<b>Итого за Обед</b>	Белки-27, Жиры-27, Углеводы-109, Калорийность-808	101-57
764	<b>Итого за день</b>	Белки-50, Жиры-47, Углеводы-203, Калорийность-1 460	170-55

Бухгалтер-  
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный  
директор

Д.А. Затонский

Согласовано  
Директор

МП

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 00DA9172099827D7680DE13FC4C85359B  
Владелец: Абдраимова Юлия Александровна  
Действителен: с 22.03.2023 до 14.06.2024