

Меню школа ОБЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Огурцы свежие	Углеводы-1, Калорийность-6	
90	Гуляш из филе кур <i>филе куриное (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная, мука пшеничная в/с</i>	Белки-9, Жиры-6, Углеводы-3, Калорийность-106	
150	Макаронны отварные <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-42, Калорийность-224	
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-62	
28	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66	
<u>Завтрак2</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
Итого за 1-я смена		Белки-18, Жиры-12, Углеводы-129, Калорийность-700	78-30
758			
<u>Обед</u>			
60	Салат "Витаминный" <i>капуста в/к, морковь в/к, яблоко, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-84	
200	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13, Калорийность-84	
200	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-22, Жиры-16, Углеводы-23, Калорийность-323	
180	Напиток из клубничного варенья <i>варенье клубничное, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-11, Калорийность-43	
24	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-56	
20	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-1, Углеводы-7, Калорийность-36	
<u>Полдник</u>			
50	Пряник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-176	
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
Итого за 2-я смена		Белки-30, Жиры-26, Углеводы-126, Калорийность-863	108-07
934			

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ