

Меню СОШ (7-11, 1 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак			
90	Фрикадельки из говядины тушеные в соусе <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, масло сливочное, соль йодированная, мука пшеничная в/с, томат-паста, сахар-песок</i>	Белки-9,66, Жиры-7,38, Углеводы-3,48, Калорийность-126,4	44-97
200	Макароны отварные с маслом <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4,39, Жиры-5, Углеводы-31,17 Калорийность-214,5	17-85
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	4-94
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-8, Калорийность-30	2-98
31,1	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73	2-77
555,1	Итого за Завтрак	Белки-19, Жиры-16, Углеводы-82,76 Калорийность-586	73-51
Обед			
60	Салат "Витаминный" <i>капуста в/к, морковь в/к, яблоко, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная</i>	Белки-1,68, Жиры-7, Углеводы-8,65, Калорийность-93,8	11-16
200	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-3,63, Жиры-2,82, Углеводы-17,8, Калорийность-95	16-90
200	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядины б/к 1 сорт (дуэни), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-17,8, Жиры-16, Углеводы-46,61, Калорийность-376,2	80-54
200	Напиток из клубничного варенья <i>варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-15, Калорийность-67,8	9-14
41	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-3, Углеводы-14, Калорийность-74	3-04
701	Итого за Обед	Белки-25,82, Жиры-26,3, Углеводы-102 Калорийность-707	120-78
701	Итого за день	Белки-44,8, Жиры-42,3, Углеводы-184,76, Калорийность-1 293	194-29

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Дир.

МП

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 00DA91720996827D7680DE13FC4C85359B
Владелец: Абдримова Юлия Александровна
Действителен с 22.03.2023 до 14.06.2024