



Меню СОШ (7-11, 1 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
205	Каша молочная рисовая <i>молоко 2.5%, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-13, Жиры-13, Углеводы-34, Калорийность-258	27-49
180	Яблоко	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-84	27-85
200	Кофейный напиток с молоком <i>молоко 2.5%, сахар-песок, кофейный напиток</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-19, Калорийность-94	16-37
20,22	Хлеб пшеничный.	Белки-1, Углеводы-10, Калорийность-47	1-80
605,22	Итого за Завтрак	Белки-17, Жиры-16, Углеводы-83, Калорийность-483	73-51
<u>Обед</u>			
80	Салат из моркови "Покорейски" <i>морковь в/к, лук в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, чеснок, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, Калорийность-66	11-49
200	Борщ из свежей капусты с картофелем. <i>свекла в/к, капуста в/к, картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, томат-паста, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-89	18-46
110	Наггетсы куриные с соусом <i>филе грудки куриное (нарезка кубик), томат-паста, сухари панировочные, яйцо куриное с2, мука пшеничная в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-15, Жиры-13, Углеводы-17, Калорийность-191	65-73
150	Каша гречневая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-142	8-40
200	Компот из сушеных фруктов <i>курага, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-28, Калорийность-113	11-13
33	Хлеб пшеничный.	Белки-3, Углеводы-16, Калорийность-78	2-94
30	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-54	2-23
803	Итого за Обед	Белки-27, Жиры-26, Углеводы-111, Калорийность-731	120-38
803	Итого за день	Белки-44, Жиры-42, Углеводы-194, Калорийность-1 215	193-89
	Бухгалтер-калькулятор 	Головина М.И.	М.П.
	Генеральный директор 	Д.А. Зинковский	Согласовано Директор _____

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00DA91720996827D7660DE13FC4C85359B
 Владелец: Абдраимова Юлия Александровна
 Действителен: с 22.03.2023 до 14.06.2024