

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
60/30	Шницель припущенный из птицы с томатным соусом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло подсолнечное, соль йодированная, томат-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-10, Углеводы-13, Калорийность-135	36-76
165	Картофельное пюре <i>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-25, Калорийность-154	24-27
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-77
20	Сушки	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-68	2-83
28	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-14, Калорийность-66	2-35
503	Итого за Завтрак	Белки-17, Жиры-17, Углеводы-75, Калорийность-520	68-98
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокочанной капусты с морковью <i>капуста в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, Калорийность-83	7-78
200	Суп гороховый <i>картофель в/к, крупа горох, лук в/к, морковь в/к, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-11, Калорийность-79	12-74
15	Гренки из пш. хлеба	Углеводы-12, Калорийность-60	2-36
30/70	Азу по-татарски <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	55-80
150	Макароны отварные <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-42, Калорийность-223	10-86
180	Компот из сушеных фруктов <i>кураги, сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-25, Калорийность-102	9-97
29	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-10, Калорийность-53	2-03
734	Итого за Обед	Белки-19, Жиры-21, Углеводы-113, Калорийность-731	101-54
734	Итого за день	Белки-37, Жиры-38, Углеводы-187, Калорийность-1 250	170-52

МП

Бухгалтер-
калькулятор

Першина Т.П.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
ДиректорДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат 00DA91720996827D7660DE13FC4C85359B
Владелец: Абдраимова Юлия Александровна
Действителен: с 22.03.2023 до 14.06.2024