

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), ВИТАМИНЫ (МГ), МИКРОЭЛЕМЕНТЫ (МГ)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
213	Жаркое по-домашнему <i>картофель в/к, свинина окорок (нарезка кубик), лук в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-12, Углеводы-25, Калорийность-240	54-07
58	Печенье Овсяное	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-141	9-40
198	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-10, Калорийность-65	2-87
31	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-73	2-64
500	Итого за Завтрак	Белки-17, Жиры-16, Углеводы-73, Калорийность-519	68-98
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокачанной 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	7-64
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16, Калорийность-95	18-83
90	Шницель припущенный из птицы с соусом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная, молоко 2.5%, томит-паста, масло сливочное, мука пшеничная в/с, сахар-песок, чеснок, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-7, Углеводы-13, Калорийность-143	49-09
180	Каша ячневая рассыпчатая с маслом <i>крупа ячневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-218	9-99
180	Компот из сушеных фруктов (курага и изюм) <i>сахар-песок, изюм, курага</i>	Углеводы-18, Калорийность-89	8-13
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-15
25	Хлеб ржано-пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	1-79
760	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-18, Углеводы-112, Калорийность-732	97-62
760	Итого за день	Белки-40, Жиры-32, Углеводы-182, Калорийность-1 215	166-60

МП

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

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