

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
90	Гуляш	Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4	
150	Рис припущенный	Калорийность-202, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-35	
200	Сок разливной	Калорийность-90, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-20	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-663, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-88	
Обед1			
200	Суп домашний с куллой	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7	
90	Фрикадельки "Румяные щечки" с соусом	Калорийность-131, Белки-13, Жиры-6, Углеводы-7	
150	Картофельное пюре	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-31	
200	Напиток с витаминами " ВитаЛайт НК"	Калорийность-35, Жиры-0, Углеводы-9	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-14	
Итого за Обед1		Калорийность-556, Белки-24, Жиры-18, Углеводы-96	
Итого за день		Калорийность-1 219, Белки-49, Жиры-41, Углеводы-184	

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак2			
90	Гуляш	Калорийность-226, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-4	
200	Рис припущенный	Калорийность-269, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47	
200	Сок разливной	Калорийность-90, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-20	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-68, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-756, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-113	
Обед2			
250	Суп домашний с куллой	Калорийность-84, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	
90	Фрикадельки "Румяные щечки" с соусом	Калорийность-131, Белки-13, Жиры-6, Углеводы-7	
200	Картофельное пюре	Калорийность-208, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-42	
200	Напиток с витаминами " ВитаЛайт НК"	Калорийность-35, Жиры-0, Углеводы-9	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-0, Углеводы-19	
Итого за Обед2		Калорийность-652, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-112	
Итого за день		Калорийность-1 408, Белки-54, Жиры-47, Углеводы-225	

Директор  Абрамова Т.Ю.Технолог  Ахметжанова
М.Р.Бухгалтер-каль
кулятор  Мелентьева Т.Ю.