



Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак1			
90	Тефтели из говядины с рисом и соусом 90 п/ф	Калорийность-162, Белки-6,36, Жиры-9,66, Углеводы-4,51	
180	Рис пикантный 180	Калорийность-245, Белки-3,53, Жиры-5,12, Углеводы-20,07	
200	Напиток витаминный 200	Калорийность-101, Углеводы-11,01	
40	Хлеб пшеничный для детского питания 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-680, Белки-16,9, Жиры-16,1, Углеводы-70,8	76-96
Обед1			
200	Суп картофельный с бобовыми 200	Калорийность-116, Белки-5,58, Жиры-6,57, Углеводы-14,51	
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-131, Белки-6,83, Жиры-10, Углеводы-8,23	
154	Макаронные изделия отварные 154	Калорийность-205, Белки-6,8, Жиры-6,99, Углеводы-33,05	
200	Напиток из свежих плодов (яблоки) 200	Калорийность-75, Углеводы-18,9	
30	Хлеб пшеничный для детского питания 30	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед1		Калорийность-672, Белки-24, Жиры-24, Углеводы-104,5	86-07
Итого за день		Калорийность-1352, Белки-40, Жиры-40, Углеводы-175,03	

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак2			
90	Тефтели из говядины с рисом и соусом 90 п/ф	Калорийность-162, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-11	
200	Рис пикантный 200	Калорийность-273, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-52	
200	Напиток витаминный 200	Калорийность-101, Углеводы-23	
30	Кондитерское изделие 30	Калорийность-129, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-18	
30	Хлеб пшеничный для детского питания 30	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-810, Белки-21, Жиры-21, Углеводы-134	84-47
Обед2			
250	Суп картофельный с бобовыми 250	Калорийность-144, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23	
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
185	Макаронные изделия отварные 185	Калорийность-248, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-44	
200	Напиток из свежих плодов (яблоки) 200	Калорийность-75, Углеводы-19	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Обед2		Калорийность-780, Белки-26, Жиры-19, Углеводы-134	92-64
Итого за день		Калорийность-1590, Белки-47, Жиры-39, Углеводы-267	

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Сабитова К.Ю.

Бухгалтер-калькулятор

Алексеева А.А.