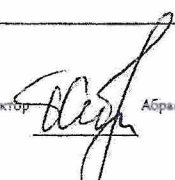


Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
90	Гуляш из мяса птицы	Калорийность-77, Белки-11, Жиры-3, Углеводы-3	64-44
150	Картофельное пюре	Калорийность-146, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	
207	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-390, Белки-19, Жиры-9, Углеводы-57	64-44
Обед1			
200	Суп-лапша домашняя с фрикадельками	Калорийность-94, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-10	72-54
150	Плов с изюмом	Калорийность-288, Белки-4, Жиры-11, Углеводы-46	
100	Йогурт	Калорийность-80, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10	
200	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	Калорийность-76, Углеводы-20	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	72-54
Итого за Обед1		Калорийность-657, Белки-15, Жиры-18, Углеводы-110	
Итого за день		Калорийность-1 047, Белки-35, Жиры-28, Углеводы-167	136-98

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 из мяса птицы	Калорийность-77, Белки-11, Жиры-3, Углеводы-3	73-20
200	Картофельное пюре	Калорийность-186, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-26	
207	Чай с сахаром и лимоном	Калорийность-28, Углеводы-7	
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
40	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-476, Белки-22, Жиры-11, Углеводы-74	73-20
Обед2			
250	Суп-лапша домашняя с фрикадельками	Калорийность-114, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-12	84-45
180	Плов с изюмом	Калорийность-345, Белки-4, Жиры-13, Углеводы-55	
100	Йогурт	Калорийность-80, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10	
200	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	Калорийность-76, Углеводы-20	
40	Хлеб пшеничный 40	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
30	Хлеб ржано-пшеничный 30	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	84-45
Итого за Обед2		Калорийность-780, Белки-18, Жиры-22, Углеводы-131	
Итого за день		Калорийность-1 256, Белки-40, Жиры-33, Углеводы-204	157-65

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