

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
90	Митболы с соусом	Калорийность-152, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-5	
155	Каша гречневая вязкая	Калорийность-239, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-36	
200	Кофейный напиток на молоке	Калорийность-91, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-11	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-621, Белки-25, Жиры-22, Углеводы-81	64-44
Обед1			
210	Свекольник	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	
90	Рыбные палочки с соусом	Калорийность-214, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-21	
154	Макаронные изделия отварные	Калорийность-202, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-33	
200	Напиток из свежих плодов (яблоки)	Калорийность-68, Углеводы-17	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
Итого за Обед1		Калорийность-690, Белки-23, Жиры-18, Углеводы-106	72-54
Итого за день		Калорийность-1 312, Белки-48, Жиры-40, Углеводы-187	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	Митболы с соусом	Калорийность-152, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-5	
210	Каша гречневая вязкая	Калорийность-319, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-48	
200	Кофейный напиток на молоке	Калорийность-91, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-11	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-27	
50	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-103, Белки-3, Углеводы-21	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-793, Белки-31, Жиры-25, Углеводы-111	73-20
Обед2			
260	Свекольник	Калорийность-110, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-14	
90	Рыбные палочки с соусом	Калорийность-214, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-21	
185	Макаронные изделия отварные	Калорийность-242, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39	
200	Напиток из свежих плодов (яблоки)	Калорийность-68, Углеводы-17	
10	Сыр порционно	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-41, Белки-1, Углеводы-8	
Итого за Обед2		Калорийность-788, Белки-27, Жиры-23, Углеводы-115	84-45
Итого за день		Калорийность-1 582, Белки-57, Жиры-48, Углеводы-227	157-65

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова М.Р.

Бухгалтер-каль

кулятор

Мелентьева Т.Ю.