



23.11.2023

## Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
<b>Горячий завтрак1</b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты 60</b>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-6	
175	<b>Жаркое по-домашнему 175</b>	Калорийность-319, Белки-20, Жиры-19,	
200	<b>Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах 200</b>	Калорийность-76, Углеводы-20	
40	<b>Хлеб пшеничный 40</b>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1,	
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный 30</b>	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
<b>Итого за Горячий завтрак1</b>			<b>64-44</b>
<b>Обед1</b>			
200	<b>Суп картофельный с крупой 200</b>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-16	
200	<b>Пельмени "Сказка" н/ф 200</b>	Калорийность-440, Белки-22, Жиры-22,	
40	<b>Печенье 40</b>	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24	
200	<b>Чай с молоком и сахаром 200</b>	Калорийность-54, Белки-2, Жиры-1	
30	<b>Хлеб пшеничный 40</b>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный 30</b>	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
<b>Итого за Обед1</b>			<b>72-54</b>
<b>Итого за день</b>			
<b>Калорийность-1 513, Белки-60, Жиры-59, Углеводы-166</b>			<b>136-98</b>

## Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	Состав блюда	Стоимость питания
<b>Горячий завтрак2</b>			
60	<b>Салат из белокочанной капусты 60</b>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-6	
205	<b>Жаркое по-домашнему 205</b>	Калорийность-383, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-20	
200	<b>Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах 200</b>	Калорийность-76, Углеводы-20	
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-129, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный 40</b>	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-17	
<b>Итого за Горячий завтрак2</b>			<b>73-20</b>
<b>Обед2</b>			
250	<b>Суп картофельный с крупой 250</b>	Калорийность-119, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19	
250	<b>Пельмени "Сказка" н/ф 250</b>	Калорийность-550, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-20	
200	<b>Чай с молоком и сахаром 200</b>	Калорийность-54, Белки-2, Жиры-1	
40	<b>Печенье 40</b>	Калорийность-140, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-24	
30	<b>Хлеб пшеничный 40</b>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный 30</b>	Калорийность-62, Белки-2, Углеводы-12	
<b>Итого за Обед2</b>			<b>84-45</b>
<b>Итого за день</b>			
<b>Калорийность-1 757, Белки-72, Жиры-69, Углеводы-189</b>			<b>157-65</b>

Директор

Абрамова Т.Ю.

Технолог

Ахметзянова  
М.Р.

Бухгалтер-  
калькулятор

Мелентьева  
Т.Ю.