


Школы (Младшие классы.)

ход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак1			
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
180	Картофельное пюре	Калорийность-187, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-38	
200	Напиток лимонный	Калорийность-82, Углеводы-20	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-45, Белки-2, Углеводы-9	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-523, Белки-16, Жиры-18, Углеводы-93	
Обед1			
210	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-93, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12	
90	Рыбные палочки с соусом	Калорийность-214, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-21	
155	Пюре гороховое	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-5, Углеводы-33	
200	Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-7	
30	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Обед1		Калорийность-742, Белки-34, Жиры-20, Углеводы-107	
Итого за день		Калорийность-1 266, Белки-50, Жиры-38, Углеводы-200	

Школы (Старшие классы.)

ход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Горячий завтрак2			
100	Тефтели рыбные с соусом	Калорийность-131, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-10	
200	Картофельное пюре	Калорийность-208, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-42	
200	Напиток лимонный	Калорийность-82, Углеводы-20	
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
40	Хлеб пшеничный для детского питания	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-28	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-615, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-119	
Обед2			
260	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-14	
90	Рыбные палочки с соусом	Калорийность-214, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-21	
185	Пюре гороховое	Калорийность-286, Белки-18, Жиры-6, Углеводы-40	
200	Чай с сахаром	Калорийность-27, Углеводы-7	
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, Углеводы-14	
Итого за Обед2		Калорийность-810, Белки-38, Жиры-22, Углеводы-124	
Итого за день		Калорийность-1 425, Белки-57, Жиры-41, Углеводы-243	

Директор  Абрамова Т.Ю.Технолог  Сабитова К.Ю.Бухгалтер-каль
кулятор  Мелентьева Т.Ю.