

Школы (Младшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак1			
100	<i>Тефтели рыбные с соусом</i>	Калорийность-179, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-10	
185	<i>Макаронные изделия отварные 185</i>	Калорийность-242, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-39	
200	<i>Сок для детского питания 200</i>	Калорийность-100, Углеводы-22	
15	<i>Кондитерское изделие 15</i>	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-9	
30	<i>Хлеб пшеничный для детского питания 30</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Горячий завтрак1		Калорийность-719, Белки-26, Жиры-17, Углеводы-110	
Обед1			
200	<i>Суп картофельный с макаронными изделиями 200</i>	Калорийность-97, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21	
90	<i>Котлеты рыбные с соусом</i>	Калорийность-144, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-12	
150	<i>Рис припущенный 150</i>	Калорийность-202, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-35	
200	<i>Чай с сахаром и лимоном</i>	Калорийность-28, Углеводы-7	
30	<i>Хлеб пшеничный для детского питания 30</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед1		Калорийность-617, Белки-24, Жиры-15, Углеводы-104	
Итого за день		Калорийность-1335, Белки-50, Жиры-32, Углеводы-214	

Школы (Старшие классы.)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Горячий завтрак2			
100	<i>Тефтели рыбные с соусом</i>	Калорийность-179, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-10	
207	<i>Макаронные изделия отварные 207</i>	Калорийность-286, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-49	
200	<i>Сок для детского питания 200</i>	Калорийность-100, Углеводы-22	
15	<i>Кондитерское изделие 15</i>	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-9	
40	<i>Хлеб пшеничный для детского питания 40</i>	Калорийность-103, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	
40	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 40</i>	Калорийность-91, Белки-3, Углеводы-19	
Итого за Горячий завтрак2		Калорийность-811, Белки-29, Жиры-19, Углеводы-130	
Обед2			
250	<i>Суп картофельный с макаронными изделиями 250</i>	Калорийность-121, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-26	
90	<i>Котлеты рыбные с соусом</i>	Калорийность-144, Белки-13, Жиры-5, Углеводы-12	
200	<i>Рис припущенный 200</i>	Калорийность-269, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-47	
200	<i>Чай с сахаром и лимоном</i>	Калорийность-28, Углеводы-7	
30	<i>Хлеб пшеничный для детского питания 30</i>	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16	
30	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания 30</i>	Калорийность-68, Белки-2, Углеводы-14	
Итого за Обед2		Калорийность-708, Белки-26, Жиры-17, Углеводы-121	
Итого за день		Калорийность-1520, Белки-55, Жиры-36, Углеводы-251	

Директор  Абрамова Т.Ю.Технолог  Савитова К.Ю.Бухгалтер-калькулятор 

Алексеёва А.А.