

(Осенне-весенний* 2021 1-4 класс Пп)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак №2</u>			
200	Соки овощные, фруктовые и ягодные*	Калорийнос-118, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17	12-00
130	Фрукты свежие* <i>яблоки свежие, груши, апельсины, банан</i>	Калорийнос-89, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20	19-50
Итого за Завтрак №2		Калорийнос-207, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-37	31-50
<u>Обед</u>			
156	Суп-лапша домашняя* <i>картофель (продовольственный, отборный), морковь (свежая, столовая), масло сливочное, макаронные изделия, лук репчатый, петрушка свежая, соль</i>	Калорийнос-23, Жиры-2	5-27
90	Котлета мясная с соусом* <i>мясо говядины, глубокой заморозки, соус томатный, хлеб пшеничный, сухари папировочные, масло подсолнечное (рафинированное), морковь (свежая, столовая), лук репчатый</i>	Калорийнос-101, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7	42-92
150	Каша гречневая вязкая* <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль (йодированная)</i>	Калорийнос-178, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-26	4-52
70	Салат из соленых огурцов с луком* <i>огурцы (соленые, квашенные б/уксуса), лук репчатый, масло подсолнечное (рафинированное)</i>	Калорийнос-41, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	8-95
180	Компот из сухофруктов* <i>сухофрукты, сахар, лимонная кислота</i>	Калорийнос-92, Углеводы-19	3-25
55/40	Хлеб пшеничный/ржаной <i>хлеб пшеничный, хлеб ржаной</i>	Калорийнос-67, Белки-2, Углеводы-14	5-55
Итого за Обед		Калорийнос-502, Белки-11, Жиры-15, Углеводы-68	70-46
<u>Полдник</u>			
240	Фрукты свежие* <i>яблоки свежие, груши, апельсины, банан</i>	Калорийнос-164, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-37	31-75
180	Какао с молоком* <i>молоко стерилизованное (питьевое), сахар, какао</i>	Калорийнос-146, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-16	7-93
35	Кондитерские изделия (Печенье, вафли, шоколад, мармелад, пряники) <i>печенье (сладкое), вафли, мармелад, шоколад (в упакованном виде), пряник</i>	Калорийнос-194, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-26	4-48
Итого за Полдник		Калорийнос-504, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-79	44-16

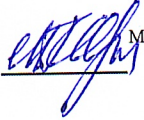
Ужин

70	Салат из свеклы с яблоками* <i>свекла (столовая), яблоки*, масло подсолнечное (рафинированное), лимонная кислота</i>	Калорийнос-40, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4	4-44
300	Рагу овощное с курицей* <i>мясо цыплят бройлеров, картофель (продовольственный,отборный), морковь (свежая,столовая), соус томатный, лук репчатый, капуста (белокочанная), масло сливочное, масло подсолнечное (рафинированное), лавровый лист</i>	Калорийнос-164, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-18	64-54
180	Чай с молоком <i>молоко стерилизованное (питьевое), чай-заварка, сахар</i>	Калорийнос-86, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-10	6-25
55/40	Хлеб пшеничный/ржаной <i>хлеб пшеничный, хлеб ржаной</i>	Калорийнос-67, Белки-2, Углеводы-14	5-55
Итого за Ужин		Калорийнос-357, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-46	80-78
<p style="text-align: center;"><u>Ужин №2</u></p>			
200	Молоко кипяченое*	Калорийнос-120, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	10-60
Итого за Ужин №2		Калорийнос-120, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9	10-60
Итого за день		Калорийнос-1 690, Белки-47, Жиры-50, Углеводы-239	237-50

Директор _____

Сейфулина И.Р.

Главный
бухгалтер _____

 М.А. Горюнова