

МЕНЮ НА 25 СЕНТЯБРЯ ШКОЛА № 1

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак льготный</u>			
100/20	Запеканка из творога со сгущ. молоком <i>творог, молоко сгущенное, сахар - песок, крупа манная, масло сливочное, сухари панировочные, сметана 15%, яйцо столовое, соль, ванилин</i>	Калорийность-302,47, Белки-22,21, Жиры- 10,53, Углеводы-28,79	96-94
200/15/ 7	Чай с сахаром и лимоном <i>сахар - песок, лимон, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-61,41, Белки-0,06, Жиры- 0,01, Углеводы-15,18	6-69
80	Яблоко св.	Калорийность-37,6, Белки-0,02, Жиры-0,32, Углеводы-7,84	17-16
17	Батон нарезной	Калорийность-44,54, Белки-1,28, Жиры- 0,49, Углеводы-8,74	4-21
Итого за Завтрак льготный		Калорийность-446,02, Белки-23,57, Жиры- 11.35. Углеводы-60.55	125-00
<u>Обед льготный</u>			
250/10/ 2	Суп из овощей со сметаной, зеленью <i>картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, сметана 15%, горошек зеленый., масло растительное, соль, петрушка (зелень)</i>	Калорийность-90,68, Белки-1,75, Жиры- 4,73, Углеводы-10,42	23-57
50	Шницель из свинины 50 <i>свинина б/к (лопатка), хлеб пшеничный, сухари панировочные, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность-202,91, Белки-6,65, Жиры- 16, Углеводы-7,99	65-62
150	Каша рассып. гречневая 150 <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-225,92, Белки-7,66, Жиры- 6,33, Углеводы-34,64	23-23
10	Огурец свежий	Калорийность-1,1, Белки-0,07, Жиры-0,01	4-10
200	Напиток апельсиновый <i>сахар - песок, апельсин, лимон, кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-102,1, Белки-0,13, Жиры- 0,03, Углеводы-25,15	13-02
33	Хлеб столичный	Калорийность-90,86, Белки-1,85, Жиры- 0,36, Углеводы-16,3	5-46
Итого за Обед льготный		Калорийность-713,57, Белки-18,11, Жиры- 27.46. Углеводы-94.5	135-00

Бухгалтер

Зав.
производствомДиректор
школы

