

Меню школы (Школа)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

завтрак

250	Каша рисовая молоко, рис, соль	ЭЦ-279, Б-8, Ж-5, У/в-49
40	Бутерброд с маслом, сыр хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр	ЭЦ-158, Б-4, Ж-11, У/в-10
200	Чай с сахаром сахар, чай	ЭЦ-57, У/в-15
20	Хлеб 30	ЭЦ-48, Б-2, У/в-10

Итого за завтрак ЭЦ-542, Б-14, Ж-16, У/в-84

обед

250	Суп картофельный с крупой картофель, лук репчатый, морковь, рис, масло растительное, соль	ЭЦ-135, Б-3, Ж-5, У/в-17
100	Тефтели свинина, лук репчатый, сметана, масло сливочное, рис, мука, томатная паста, морковь, соль	ЭЦ-129, Б-2, Ж-9, У/в-10
180	Каша гречневая крупя гречневая, масло сливочное	ЭЦ-323, Б-11, Ж-9, У/в-48
100	Огурцы огурцы, соль	ЭЦ-14, Б-1, У/в-3
200	компот из сухофруктов сухофрукты, сахар	ЭЦ-101, У/в-26
30	Хлеб 60г	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15

Итого за обед ЭЦ-773, Б-19, Ж-23, У/в-119

Итого за день ЭЦ-1 315, Б-33, Ж-39, У/в-203

Заведующий
производством
(шеф-повар)

Богучарова А.А.

Директор

Колесникова
Е.О.

