



Школы 7-18 осень 2023

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завт. 7-11			
150	№223 Каша пшениная вязкая 1/150	Калорийность-188, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-28	
180	№457 Чай с сахаром 1/180	Калорийность-34, Углеводы-8	
200	№501 Сок 0,2 1/200	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20	
35	№ 64 Бутерброды с сыром 1/35	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-6	
25	№115 Хлеб ржаной 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	
Итого за Завт. 7-11		Калорийность-446, Белки-13, Жиры-12,	88-88
Обед 7-11			
100	№1 Салат из белокочанной капусты 1/100	Калорийность-93, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-8	
200	№100 Рассольник ленинградский 1/200	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11	
10	№488 Сметана 1/10	Калорийность-16, Жиры-2	
150	№375 Плов из отварной птицы 1/150	Калорийность-250, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-19	
180	№459 Чай с лимоном 1/180	Калорийность-36, Углеводы-9	
15	№117 Батон нарезной 1/15	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	
45	№115 Хлеб ржаной 1/45	Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15	
Итого за Обед 7-11		Калорийность-597, Белки-22, Жиры-26, Углеводы-70	88-88
Завт. 11-18			
250	№223 Каша пшениная вязкая 1/250	Калорийность-313, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-46	
200	№457 Чай с сахаром 1/200	Калорийность-38, Углеводы-9	
40	№88 Бутерброд с маслом 30/10	Калорийность-153, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-15	
60	Печенье 1/60	Калорийность-250, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-45	
20	№115 Хлеб ржаной 1/20	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	
Итого за Завт. 11-18		Калорийность-789, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-122	60-00
Обед 11-18			
100	№1 Салат из белокочанной капусты 1/100	Калорийность-93, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-8	
250	№100 Рассольник ленинградский 1/250	Калорийность-27, Жиры-1, Углеводы-3	
10	№488 Сметана 1/10	Калорийность-16, Жиры-2	
180	№375 Плов из отварной птицы 1/180	Калорийность-300, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-23	
200	№457 Чай с сахаром 1/200	Калорийность-38, Углеводы-9	
35	№115 Хлеб ржаной 1/35	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12	
25	№117 Батон нарезной 1/25	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
Итого за Обед 11-18		Калорийность-601, Белки-23, Жиры-25, Углеводы-68	85-00

Ген. директор

Т.К. Корнаухов

Повар



[Подпись]

[Подпись]