

23.01.2025 (четверг)

Директор

**1 четверг 1 неделя**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<b>Завт. 7-11</b>			
180	<b>№261 Макароны, запеченные с сыром 1/180</b>	Калорийность-236, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-33	
40	<b>№267 Яйцо вареное 1/40</b>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	
100	<b>№338 Фрукты свежие 1/100 (ябл)</b>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10	
180	<b>№465 Кофейный напиток с молоком 1/180</b>	Калорийность-119, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	
25	<b>№117 Батон нарезной 1/25</b>	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
<b>Итого за Завт. 7-11</b>		Калорийность-531, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-76	<b>99-76</b>
<b>Обед 7-11</b>			
60	<b>№38 Салат "Школьные годы" 1/60</b>	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	
200	<b>№104 Щи из свежей капусты с картофелем</b>	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	
10	<b>№488 Сметана 1/10</b>	Калорийность-16, Жиры-2	
90	<b>№347 Котлеты "Школьные" 1/90</b>	Калорийность-190, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-12	
150	<b>№243 Каша гречневая рассыпчатая 1/150</b>	Калорийность-250, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-39	
180	<b>№495 Компот из смеси сухофруктов 1/180</b>	Калорийность-76, Белки-1, Углеводы-18	
25	<b>№115 Хлеб ржаной 1/25</b>	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	
25	<b>№117 Батон нарезной 1/25</b>	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
<b>Итого за Обед 7-11</b>		Калорийность-747, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-98	<b>99-76</b>
<b>Завт. 11-18</b>			
200	<b>№261 Макароны, запеченные с сыром 1/200</b>	Калорийность-262, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-36	
40	<b>№267 Яйцо вареное 1/40</b>	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5	
100	<b>№338 Фрукты свежие 1/100 (ябл)</b>	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10	
200	<b>№379 Кофейный напиток с молоком 1/200</b>	Калорийность-155, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-6	
30	<b>№115 Хлеб ржаной 1/30</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	
<b>Итого за Завт. 11-18</b>		Калорийность-579, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-62	<b>92-00</b>
<b>Обед 11-18</b>			
100	<b>№38 Салат "Школьные годы" 1/100</b>	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	
250	<b>№104 Щи из свежей капусты с картофелем</b>	Калорийность-83, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8	
100	<b>№347 Котлеты "Школьные" 1/100</b>	Калорийность-211, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-13	
180	<b>№243 Каша гречневая рассыпчатая 1/180</b>	Калорийность-300, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-47	
200	<b>№495 Компот из смеси сухофруктов 1/200</b>	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20	
35	<b>№115 Хлеб ржаной 1/35</b>	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12	
35	<b>№117 Батон нарезной 1/35</b>	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
<b>Итого за Обед 11-18</b>		Калорийность-896, Белки-35, Жиры-30, Углеводы-122	<b>138-00</b>



Ген. директор \_\_\_\_\_ Г.К.Корнилов

Повар \_\_\_\_\_