

6.02.2025 (четверг)

Директор

Составлено

1 четверг 1 неделя



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



Ген. директор

Т.И. Корнилова

Повар

Мороз *Мясоедов*