

Меню 5-11 классы

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
060	Бифштекс рубленый <i>Мясо говядина с кост, Масло растительное, Молоко сухое, Соль</i>	Калорийность-197, Белки-11, Жиры-17	42-39
060	Пирожки печ с карт лук с м/р <i>Сахар, Масло растительное, Мука, Соль, дрожжи сухие, Картофель, Яйцо, Лук репчатый</i>	Калорийность-174, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-23	4
200	Чай с сахаром <i>Сахар, Чай</i>	Калорийность-57, Углеводы-15	2-3
150	1 Каша гречневая рассыпчатая <i>Масло сливочное, Соль, Крупа гречневая</i>	Калорийность-222, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-28	8-3
025	Хлеб 25г	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	1-01
Итого за Завтрак		Калорийность-721, Белки-24, Жиры-34, Углеводы-81	58
<u>Обед</u>			
200	Солянка домашняя <i>Картофель, Лук репчатый, Огурцы консервированные, Масло сливочное, Томатная паста, Мясо говядина без кости 1 кат, Колбаса варено-копченая, Сосиски</i>	Калорийность-404, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-33	23-6
075/5	Куры жареные (грудка) <i>Грудка куриная, Масло сливочное, Соль, Масло растительное</i>	Калорийность-404, Белки-20, Жиры-21, Углеводы-33	34-7
150	4 Макароны изделия отварные <i>Масло сливочное, Соль, Макароны изделия</i>	Калорийность-1 341, Белки-34, Жиры-44, Углеводы-211	4-4
200	Чай с сахаром <i>Сахар, Чай</i>	Калорийность-57, Углеводы-15	2-4
030	Булочка Российская <i>дрожжи сухие, Мука, Сахар, Соль, Масло растительное, Яйцо</i>	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-22	2-5
010	Хлеб 10г	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	0-4
Итого за Обед		Калорийность-1 995, Белки-59, Жиры-68, Углеводы-296	68
Итого за		Калорийность-2 715, Белки-84, Жиры-102, Углеводы-377	126



Руководитель
Зав. производст
Д/вм
Бухгалтер
ДОКУМЕНТОВ

Колосов К.А.
Амелькина Н.М.
Сафаргалиева
Л.В.