

**Меню школьника**

| Пищевая ценность      |       |         |      | Выход  | Наименование блюда                    | Стоимость питания |
|-----------------------|-------|---------|------|--------|---------------------------------------|-------------------|
| Белки                 | Жиры  | Углевод | ККал |        |                                       |                   |
| <u>Завтрак</u>        |       |         |      |        |                                       |                   |
| 6.04                  | 7.27  | 34.29   | 227  | .200/5 | <b>Каша пшеничная молочная жидкая</b> | <b>11-31</b>      |
| 4.26                  | 6.86  | 6.48    | 105  | .30    | <b>Бутерброд с сыром</b>              | <b>9-72</b>       |
| 2.79                  | 3.19  | 19.71   | 119  | 200    | <b>Напиток кофейный с молоком Ш</b>   | <b>6-09</b>       |
| 13                    | 17    | 60      | 451  |        |                                       | <b>27-12</b>      |
| <u>Обед</u>           |       |         |      |        |                                       |                   |
| 3.54                  | 5.58  | 20.8    | 91   | .250   | <b>Свекольник МКБ</b>                 | <b>9-63</b>       |
| 12.64                 | 8.53  | 5.12    | 148  | .090   | <b>Рулет из говядины с</b>            | <b>34-47</b>      |
| 6.62                  | 6.35  | 42.39   | 253  | .150   | <b>Изделия макаронные отварные</b>    | <b>9-49</b>       |
| 12.64                 | 8.53  | 5.12    | 148  | .100   | <b>Рулет из говядины с</b>            | <b>37-58</b>      |
| 6.62                  | 6.35  | 42.39   | 253  | .180   | <b>Изделия макаронные отварные</b>    | <b>11-39</b>      |
| 0.16                  | 1.1   | 1.57    | 17   | .30    | <b>Соус томатный</b>                  | <b>1-08</b>       |
| 2.28                  | 0.24  | 14.58   | 71   | 30     | <b>Хлеб пшеничный</b>                 | <b>1-43</b>       |
| 0.12                  | 0     | 12.04   | 49   | .200   | <b>Чай с сахаром/15</b>               | <b>1-80</b>       |
| 45                    | 37    | 144     | 1030 |        |                                       | <b>106-87</b>     |
| <u>полдник</u>        |       |         |      |        |                                       |                   |
| 29.22                 | 12.11 | 29.1    | 342  | .130   | <b>Запеканка из творога</b>           | <b>44-94</b>      |
| 0.12                  | 0     | 12.04   | 49   | .200   | <b>Чай с сахаром/15</b>               | <b>1-80</b>       |
| 2                     | 0.2   | 5.8     | 36   | 200    | <b>Сок</b>                            | <b>26=</b>        |
| 31                    | 12    | 47      | 427  |        |                                       | <b>72-74</b>      |
| <b>Итого за день:</b> |       |         |      |        |                                       |                   |
| 89                    | 66    | 251     | 1908 |        |                                       | <b>206-73</b>     |

Руководитель  Кузнецова И.И.Зав.производством  Анфалова Е.А.Калькулятор  Администратор