

Меню школьника

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак</u>						
7.23	6.67	39.54	247	.200\5	Каша ячневая	9-96
1.7	15.1	10.26	183	.030\10	Бутерброд с маслом	11-55
3.77	3.93	25.95	154	200	Какао с молоком Ш	5-90
13	26	76	584			27-41
<u>Обед</u>						
6.02	9.54	38.25	128	.250	Рассольник	20-57
14.69	16.69	9.99	248	.090	Тефтели из говядины паровые	33-28
5.52	5.3	35.33	211	.150	Изделия макаронные отварные	9-60
14.69	16.69	9.99	248	.100	Тефтели из говядины паровые	37=
6.62	6.35	42.39	253	.180	Изделия макаронные отварные	11-57
0.16	1.1	1.57	17	.30	Соус томатный	1-08
2.28	0.24	14.58	71	30	Хлеб пшеничный	1-58
0.33	0	22.66	92	200	Компот из кураги (плодов или ягод сушеных)	3-90
50	56	175	1268			118-58
<u>полдник</u>						
0.6	0.6	14.7	67	150	Яблоки свежие	22-68
23.6	34.12	36.78	552	150	Запеканка из творога	46-64
0.12	0	12.04	49	.200	Чай с сахаром/15	1-80
24	35	64	668			71-12
Итого за день:						
87	116	314	2520			217-11

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