

Меню школьника

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак</u>						
5.12	6.62	32.61	210	.200\5	Каша рисовая	11-68
2.28	0.24	14.58	71	30	Хлеб пшеничный	1-80
2.79	3.19	19.71	119	200	Напиток кофейный с молоком Ш	6-39
10	10	67	400			19-87
<u>Обед</u>						
13.21	4.11	6.7	116	.250	Суп картофельный с рыбой	22-41
10.47	15.46	107.8 9	224	.090	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	29-13
3.2	6.06	23.3	161	.150	Картофельное пюре	14-40
13.09	19.33	13.49	280	.100	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	32-11
3.83	7.27	27.95	193	.180	Картофельное пюре	17-41
0.16	1.1	1.57	17	.30	Соус томатный	1-08
2.28	0.24	14.58	71	30	Хлеб пшеничный	1-73
0.33	0	22.66	92	200	Компот из кураги (плодов или ягод сушеных)	3-90
47	54	218	1154			122-17
<u>полдник</u>						
4.67	4.43	35.21	201	.060	Булочка "Веснушка"	4-72
1.35	0.15	14.25	64	150	Мандарины	31-50
6	5	49	265			36-22
Итого за день:						178-26
63	68	334	1819			

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