

Меню школьника

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак</u>						
6.55	8.33	35.09	241	.200	Каша "Дружба"	10-31
2.28	0.24	14.58	71	30	Хлеб пшеничный	1-80
3.77	3.93	25.95	154	200	Какао с молоком Ш	6-71
13	12	76	466			18-82
<u>Обед</u>						
3.87	3.62	23.23	87	250	Суп картофельный с бобовыми	11-89
2.46	2.34	7.26	61	.090	котлеты или биточки рыбные	24-61
3.89	5.09	40.28	225	150	Рис отварной Ш	11-21
2.95	2.9	9.07	75	.100	котлеты или биточки рыбные	27-48
4.66	6.1	48.33	270	180	Рис отварной Ш	13-45
0.16	1.1	1.57	17	.30	Соус томатный	1-06
2.28	0.24	14.58	71	30	Хлеб пшеничный	1-88
1.36	0	29.06	117	.200	Кисель из концентрата	4-16
22	21	173	923			95-74
<u>полдник</u>						
2	0.2	5.8	36	200	Сок	26=
4.16	9.02	34.22	237	.060	Булочка дорожная	12-12
6	9	40	273			38-12
Итого за день:						152-68
40	43	289	1662			

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