

Подразделение: Школа

По Главному меню

МЕНЮ НА ВЫХОД

Прием пищи, наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
Завтрак2					
Хлеб пшеничный 40 (Хлеб пшеничный)	40	3,04	0,32	19,68	94
Яблоки свежие 100 (Яблоки свежие)	100	0,4	0,4	9,8	47
Икра кабачковая (Икра кабачковая)	50	1	4,68	4,05	62,63
Какао с молоком (Сахар, Какао-порошок, Молоко)	200	3,87	3,8	19,38	130,41
Омлет паровой (Яйцо, Соль, Молоко, Масло сливочное)	110	26,96	34,75	3,58	436,04
Итого за Завтрак2	500	35,27	43,95	56,49	770,08
Обед					
Хлеб пшеничный 40 (Хлеб пшеничный)	40	3,04	0,32	19,68	94
Хлеб ржаной 40,0 г (Хлеб ржаной)	40	2,72	0,52	15,92	80,4
Борщ с капустой и картофелем (Сахар, Морковь, Лук репчатый, Свекла, Картофель, Капуста белокочанная свежая, Соль, Лавровый лист, Томатная паста, масло растительное)	250	2,72	5,28	19,21	132,17
Салат из свежих помидоров и огурцов (Лук репчатый, Помидоры свежие, Огурцы свежие, масло растительное)	100	1,21	6,14	7,49	79,87
Кисель из замороженных ягод (Сахар, Лимонная кислота, Ягоды быстрозамороженные, крахмал картофельный)	200	0,21	0,08	16,5	69,09
Макаронник с печенью говяжьей (Лук репчатый, Макароны, вермишель, лапша, Соль, Масло сливочное, масло растительное, Печень говяжья)	145	19,94	14,8	33	335,96
Итого за Обед	775	29,84	27,14	111,8	791,49
Полдник					
Сок фруктовый (Сок фруктовый)	200	2	0,4	40,4	184
Сырники из творога 100 (Сахар, Яйцо, Творог, мука пшеничная, Соль, масло растительное)	100	20,06	16,46	17,78	302,73
Итого за Полдник	300	22,06	16,86	58,18	486,73
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		87,17	87,95	226,47	2048,3