

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
<b>Завтрак2</b>					
Яблоки свежие 100 (Яблоки свежие)	100	0,4	0,4	9,8	47
Яйца варёные (Яйцо)	1	12,7	11,5	0,7	157
Суп молочный с крупой пшено 200 (Сахар, Соль, Крупа пшено, Молоко, Масло сливочное)	200	4,82	10,98	16,77	187,8
Чай с лимоном (Сахар, Чай высшего и 1-го сорта, Лимон)	200	0,07	0,01	15,21	62,57
Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с)	40	3,16	0,4	19,32	94
<b>Итого за Завтрак2</b>	<b>541</b>	<b>21,15</b>	<b>23,29</b>	<b>61,8</b>	<b>548,37</b>
<b>Обед</b>					
Овощи натуральные свежие (огурцы) /50/ (Огурцы свежие)	50	0,42	0,05	1,32	7,36
Хлеб ржаной 40,0 г (Хлеб ржаной)	40	2,72	0,52	15,92	80,4
Компот из замороженных ягод (Сахар, Лимонная кислота, Ягоды быстрозамороженные)	200	0,2	0,08	16,43	68,65
Перец , фаршированный мясом и рисом (Сметана, Лук репчатый, Мясо Говядина, мука пшеничная, Крупа рисовая, Соль, Перец сладкий, Сыр Российский, Томатная паста, Масло сливочное)	240	26,46	25,22	26,05	424,03
Рассольник Ленинградский (Сметана, Морковь, крупа перловая, Лук репчатый, Картофель, Огурцы соленые, Соль, Лавровый лист, масло растительное)	250	2,93	5,95	22,3	148,21
Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с)	40	3,16	0,4	19,32	94
<b>Итого за Обед</b>	<b>820</b>	<b>35,89</b>	<b>32,22</b>	<b>101,34</b>	<b>822,65</b>
<b>Полдник</b>					
Сок фруктовый (Сок фруктовый)	200	2	0,4	40,4	184
Печенье /45/ (Печенье)	45	3,38	4,41	33,48	187,65
<b>Итого за Полдник</b>	<b>245</b>	<b>5,38</b>	<b>4,81</b>	<b>73,88</b>	<b>371,65</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b> Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		<b>62,42</b>	<b>60,32</b>	<b>237,02</b>	<b>1742,67</b>