

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>					
Сыр Российский 20 (Сыр Российский)	20	4,93	6,17	0,1	74,45
Суп молочный с овсяными хлопьями 200 (Сахар, Соль, Овсяные хлопья "Геркулес", Молоко, Масло сливочное)	200	4,46	11,19	13,55	175,32
Кофейный напиток с молоком (Сахар, Кофейный напиток, Молоко)	200	3,6	3,92	15,46	115,45
Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с)	40	3,16	0,4	19,32	94
Итого за Завтрак2	460	16,15	21,68	48,43	459,22
<b>Обед</b>					
Уха (Морковь, Лук репчатый, Картофель, Соль, масло растительное, Горбуша ПБГ )	250	9,88	11,88	22,14	223,09
Хлеб ржаной 40,0 г (Хлеб ржаной)	40	2,72	0,52	15,92	80,4
Напиток из плодов шиповника (Сахар, Шиповник сухой)	200	0,68	0,28	24,63	116,65
Салат из свежих помидоров и огурцов (Лук репчатый, Помидоры свежие, Огурцы свежие, масло растительное)	100	1,21	6,14	7,49	79,87
Гречка с куриным филе (Лук репчатый, Соль, крупа гречневая, масло растительное, Птица (грудка))	220	21,22	20	26,65	318,17
Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с)	40	3,16	0,4	19,32	94
Итого за Обед	850	38,87	39,22	116,15	912,18
<b>Полдник</b>					
Кефир /200/ (Кефир)	200	6,01	5,18	8,5	109,84
Печенье /45/ (Печенье)	45	3,38	4,41	33,48	187,65
Итого за Полдник	245	9,39	9,59	41,98	297,49
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b> Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		64,41	70,49	206,56	1668,89