

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					
Овощи натуральные свежие (помидоры) /50/ (Помидоры свежие)	50	0,65	0,12	2,24	14,16
Омлет паровой (Молоко, Яйцо, Соль, Масло сливочное)	110	26,96	34,75	3,58	436,04
Кофейный напиток с молоком (Молоко, Сахар, Кофейный напиток)	200	3,6	3,92	15,46	115,45
Бананы 100 (Бананы)	110	1,65	0	24,64	100,11
Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с)	40	3,16	0,4	19,32	94
Итого за Завтрак2	510	36,02	39,19	65,24	759,76
Обед					
Икра свекольная 100 (Сахар, Соль, Лук репчатый, Свекла, масло растительное, Томатная паста)	50	1,5	3,8	7,92	73,48
Суп картофельный с бобовыми (Чечевица, Соль, Лавровый лист, Морковь, Лук репчатый, Картофель, масло растительное)	250	7,86	5,68	27,78	184,21
Гречка с куриным филе (крупа гречневая, Соль, Лук репчатый, Птица (грудка), масло растительное)	220	21,22	20	26,65	318,17
Напиток из плодов шиповника (Сахар, Шиповник сухой)	200	0,68	0,28	24,63	116,65
Хлеб ржаной 40,0 г (Хлеб ржаной)	40	2,72	0,52	15,92	80,4
Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с)	40	3,16	0,4	19,32	94
Итого за Обед	800	37,14	30,68	122,22	866,91
Полдник					
Кефир /200/ (Кефир)	200	6,01	5,18	8,5	109,84
Зефир 50 (Зефир)	50	0,4	0,05	39,9	163
Итого за Полдник	250	6,41	5,23	48,4	272,84
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		79,57	75,1	235,86	1899,51