

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					
Суп молочный с крупой пшено 200 (Молоко, Крупа пшено, Сахар, Соль, Масло сливочное)	200	4,82	10,98	16,77	187,8
Яйца варёные (Яйцо)	1	12,7	11,5	0,7	157
Чай с лимоном (Сахар, Чай высшего и 1-го сорта, Лимон)	200	0,07	0,01	15,21	62,57
Яблоки свежие 100 (Яблоки свежие)	100	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с)	40	3,16	0,4	19,32	94
Итого за Завтрак2	541	21,15	23,29	61,8	548,37
Обед					
Салат из свеклы с сыром и чесноком (Сыр Российский, Свекла, Чеснок, масло растительное)	60	3,17	5,84	5,61	87,11
Суп с макаронными изделиями и картофелем (Макароны, вермишель, лапша, Соль, Морковь, Лук репчатый, Картофель, масло растительное, Томатная паста)	250	3,29	2,96	24,85	131,82
Котлета мясная 100 (Молоко, Соль, Хлеб пшеничный 1с, Лук репчатый, Мясо Говядина, масло растительное)	100	21,11	22,98	15,55	337,59
Пюре картофельное 180 (Молоко, Соль, Картофель, Масло сливочное)	180	5,24	6,35	36,92	226,89
Компот из замороженных ягод (Сахар, Лимонная кислота, Ягоды быстрозамороженные)	200	0,2	0,08	16,43	68,65
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	870	38,89	39,13	134,6	1026,46
Полдник					
Сырники из творога 100 (Творог, мука пшеничная, Сахар, Яйцо, Соль, масло растительное)	100	20,06	16,46	17,78	302,73
Йогурт (Йогурт 2,5 %)	200	6,4	5	10	104
Итого за Полдник	300	26,46	21,46	27,78	406,73
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		86,5	83,88	224,18	1981,56