

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					
Яблоки свежие 100 (Яблоки свежие)	100	0,4	0,4	9,8	47
Масло сливочное /10/ (Масло сливочное)	10	0,08	7,25	0,13	66,1
Кофейный напиток с молоком (Сахар, Кофейный напиток, Молоко)	200	3,6	3,92	15,46	115,45
Мюсли с молоком (Молоко, мюсли)	200	4,29	4,74	5,92	87,32
Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с)	40	3,16	0,4	19,32	94
Итого за Завтрак2	550	11,53	16,71	50,63	409,87
Обед					
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, Томатная паста, масло растительное)	250	2,8	5,3	19,83	135,09
Напиток из плодов шиповника (Сахар, Шиповник сухой)	200	0,52	0,22	22,41	103,59
Плов из отварной говядины 200 (Морковь, Лук репчатый, Мясо Говядина, Крупа рисовая, Соль, масло растительное)	200	24,42	25,63	41,82	487,9
Салат из солёных огурцов с луком репчатым (Лук репчатый, Огурцы соленые, масло растительное)	60	0,66	3,06	4,22	39,45
Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с)	40	3,16	0,4	19,32	94
Итого за Обед	790	34,28	35,13	123,52	940,43
Полдник					
Йогурт (Йогурт 2,5 %)	200	6,57	5,13	10,26	106,75
Печенье /45/ (Печенье)	45	3,38	4,41	33,48	187,65
Итого за Полдник	245	9,95	9,54	43,74	294,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		55,76	61,38	217,89	1644,7