

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
Сыр Российский 20 (Сыр Российский)	20	4,93	6,17	0,1	74,45
Какао с молоком (Молоко, Сахар, Какао-порошок)	200	3,87	3,8	19,38	130,41
Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с)	40	3,16	0,4	19,32	94
Итого за Завтрак2	461	29,48	32,85	56,27	643,66
Обед					
Салат из свеклы с сыром и чесноком (Сыр Российский, Свекла, Чеснок, масло растительное)	100	5,29	9,73	9,37	145,22
Щи из свежей капусты с картофелем (Сахар, Соль, Морковь, Лук репчатый, Картофель, Капуста белокочанная свежая, Птица (бедро), масло растительное, Томатная паста)	250	7,67	9,53	17,99	170,97
Гуляш (мука пшеничная, Соль, Лавровый лист, Лук репчатый, Мясо Говядина, масло растительное, Томатная паста)	100	20,7	22,14	5,07	298,85
Каша гречневая рассыпчатая 180 (крупа гречневая, Соль, Масло сливочное)	180	10,48	7,3	47,36	296,66
Компот из смеси сухофруктов (Сахар, Лимонная кислота, Смесь из сухофруктов)	200	0	0	16,33	65,36
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	910	50,02	49,62	131,36	1151,46
Полдник					
Молоко (Молоко)	200	5,8	6,4	8	118
Запеканка из творога с джемом 100/20 (Сметана, Творог, крупа манная, Сахар, Яйцо, Джем, Масло сливочное)	100/20	18,91	13,39	23,94	291,65
Итого за Полдник	300/20	24,71	19,79	31,94	409,65
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		104,21	102,26	219,57	2204,77