

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 | | | | | |
| Икра кабачковая (Икра кабачковая) | 50 | 1 | 4,68 | 4,05 | 62,63 |
| Рыба треска, запечённая в омлете (Филе трески, Молоко, мука пшеничная, Яйцо, Соль, Масло сливочное) | 100 | 24,81 | 10,99 | 3,74 | 222,68 |
| Кофейный напиток с молоком (Молоко, Сахар, Кофейный напиток) | 200 | 3,6 | 3,92 | 15,46 | 115,45 |
| Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с) | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| Апельсины (Апельсины) | 100 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 43 |
| Итого за Завтрак2 | 490 | 33,47 | 20,19 | 50,67 | 537,76 |
| Обед | | | | | |
| Салат из солёных огурцов с луком репчатым (Лук репчатый, масло растительное, Огурцы соленые) | 50 | 0,56 | 2,55 | 3,52 | 32,93 |
| Борщ с капустой и картофелем (Сахар, Соль, Морковь, Лук репчатый, Свекла, Картофель, Капуста белокочанная свежая, масло растительное, Томатная паста) | 250 | 2,99 | 5,34 | 21,37 | 142,38 |
| Плов из отварной говядины 200 (Крупа рисовая, Соль, Морковь, Лук репчатый, Мясо Говядина, масло растительное) | 200 | 24,42 | 25,63 | 41,82 | 487,91 |
| 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 | 780 | 33,85 | 34,44 | 118,28 | 902,98 |
| Полдник | | | | | |
| Сок фруктовый (Сок фруктовый) | 200 | 2 | 0,4 | 40,4 | 184 |
| Булочка сырная 80 (Сыр Российский, Молоко, мука пшеничная, Сахар, Яйцо, Соль, Дрожжи, масло растительное, Масло сливочное) | 80 | 11,74 | 13,81 | 47,8 | 366,38 |
| Итого за Полдник | 280 | 13,74 | 14,21 | 88,2 | 550,38 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б. | | 81,06 | 68,84 | 257,15 | 1991,12 |