

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					
Зелёный горошек (консервированный) (масло растительное, Горошек зеленый консервированный)	30	2,3	1,09	3,82	34,29
Омлет с сыром 120 (Сыр Российский, Молоко, Яйцо, Соль, Масло сливочное)	120	30,24	31,8	2,73	417,7
Хлеб пшеничный 1с 40 (Хлеб пшеничный 1с)	40	3,16	0,4	19,32	94
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
Итого за Завтрак2	490	36,17	33,7	50,88	655,56
Обед					
Икра свекольная 100 (Сахар, Соль, Лук репчатый, Свекла, масло растительное, Томатная паста)	100	3	7,59	15,83	146,99
Уха (Горбуша ПБГ, Соль, Морковь, Лук репчатый, Картофель, масло растительное)	250	10,38	11,98	26,22	242,34
Гуляш (мука пшеничная, Соль, Лук репчатый, Мясо Говядина, масло растительное, Томатная паста)	100	18,82	20,53	5,07	276,87
Макароны отварные с маслом (Макароны, вермишель, лапша, Соль, Масло сливочное)	180/9	7	7,35	44,54	272,43
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	910/9	45,28	48,45	143,33	1181,68
Полдник					
Пряники 45 (Пряники)	45	2,66	2,12	33,75	164,7
Йогурт (Йогурт 2,5 %)	200	4,77	3,73	7,46	77,56
Итого за Полдник	245	7,43	5,85	41,21	242,26
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		88,88	88	235,42	2079,5