

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
Завтрак					
Каша жидкая молочная пшенная (крупа пшенная, молоко 2,5% м.д.ж, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, соль поваренная йодированная, сахар)	200	6,85	7,13	30,45	213,42
Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5% м.д.ж, кофейный напиток, сахар)	200	3,52	2,68	14,71	97,02
Хлеб пшеничный 40 (хлеб пшеничный)	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Хлеб ржано-пшеничный 40 (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	15,84	78,24
Апельсины 100 (апельсин)	100	0,8	0,2	7,4	34,5
Итого за Завтрак	580	16,85	10,81	88,08	516,94
Обед					
Салат из свеклы с сыром и чесноком (сыр Российский, масло подсолнечное, свекла, чеснок свежий, соль поваренная йодированная)	100	5,35	8,72	10,22	140,1
Рассольник ленинградский на бульоне с говядиной (говядина, крупа перловая, масло подсолнечное, морковь, лук репчатый, огурец консерв., Картофель, петрушка (зелень), соль поваренная йодированная)	250	8,89	9,72	20,8	202,54
Филе птицы, тушенное в соусе (куриная грудка (филе), сметана 15,0% м.д.ж, масло подсолнечное, томатное пюре, мука пшеничная, соль поваренная йодированная)	125	25,65	5,35	3,79	165,32
Картофель отварной с маслом сливочным (масло сливочное 72,5 % м.д.ж, Картофель, соль поваренная йодированная)	180	5,12	6,8	39,45	238,44
Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, кислота лимонная пищевая, сахар)	200	0,38	0	20,72	84,38
Хлеб ржано-пшеничный 40 (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	15,84	78,24
Хлеб пшеничный 40 (хлеб пшеничный)	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого за Обед	935	51,07	31,39	130,5	1002,78
Полдник					
Булочка сдобная 80 (масло сливочное 72,5 % м.д.ж, масло подсолнечное, яйцо куриное, мука пшеничная, соль поваренная йодированная, дрожжи хлебопекарные сушеные, сахар)	80	6,14	5,72	40,61	242,2
Молоко (молоко 2,5% м.д.ж)	200	5,4	4,4	8,8	96,4
Итого за Полдник	280	11,54	10,12	49,41	338,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		79,46	52,32	267,99	1858,32