

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					
Суп молочный с макаронными изделиями (Макаронные изделия (не яичные), молоко 2,5% м.д.ж, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, соль поваренная йодированная, сахар)	200	4,37	3,66	16,69	117,15
Масло (порциями) (масло сливочное 72,5 % м.д.ж)	10	0,08	6,38	0,12	58,19
Сыр (порциями) 20г (сыр Российский)	20	4,65	5,55	0	68,45
Чай с сахаром (чай чёрный байховый, сахар)	200	0,19	0,05	10,04	41,33
Хлеб пшеничный 80 (хлеб пшеничный)	80	6,08	0,64	39,36	187,52
Итого за Завтрак	510	15,37	16,28	66,21	472,64
Обед					
Салат из свежих помидоров и огурцов (масло подсолнечное, Помидор свежий, лук репчатый, огурец свежий, соль поваренная йодированная)	100	1,06	2,82	4,02	45,53
Суп картофельный с клецками (масло сливочное 72,5 % м.д.ж, масло подсолнечное, яйцо куриное, морковь, лук репчатый, Картофель, петрушка (зелень), мука пшеничная, соль поваренная йодированная)	250	4,49	4,81	24,71	159,64
Плов из отварной говядины (говядина, крупа рисовая, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, морковь, лук репчатый, соль поваренная йодированная)	300	29,24	27,08	61,4	594,14
Компот из вишни и яблок (яблоко, вишня, кислота лимонная пищевая, сахар)	200	0,25	0,13	19,11	79,44
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	930	40,72	35,64	144,76	1050,75
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
Кефир (кефир 2,5 м.д.ж)	200	6,01	5,18	8,29	103,83
Яблоки свежие 100 (яблоко)	100	0,45	0,45	10,11	45,8
Итого за Полдник	380	12,6	11,35	59,01	391,83
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		68,69	63,27	269,98	1915,22