

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 рисовая (крупа рисовая, молоко 2,5% м.д.ж, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, соль поваренная йодированная, сахар)	200	4,66	6,29	26,98	183,13
Тыква запеченная (масло сливочное 72,5 % м.д.ж, тыква, соль поваренная йодированная)	100	1,32	6,52	5,65	86,69
Чай с лимоном (лимон, чай чёрный байховый, сахар)	200	0,25	0,06	10,26	42,54
Хлеб пшеничный 40 (хлеб пшеничный)	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого за Завтрак	540	9,27	13,19	62,57	406,12
Обед					
Салат картофельный с кукурузой и морковью (масло подсолнечное, морковь, огурец свежий, Картофель, Кукуруза консервированная, Соль йодированная)	100	2,11	5,62	12,12	107,69
Уха из горбуши (Горбуша ПБГ, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, лук репчатый, Картофель, укроп, соль поваренная йодированная)	280	11,2	4,7	16,49	152,5
Гуляш из говядины (говядина, масло подсолнечное, лук репчатый, томатное пюре, мука пшеничная, соль поваренная йодированная)	100	19,23	17,81	4,84	247,06
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, соль поваренная йодированная)	180	5,35	4,76	23,46	158,05
Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, кислота лимонная пищевая, сахар)	200	0,38	0	20,72	84,38
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
Итого за Обед	940	43,95	33,69	113,15	921,68
Полдник					
Лапшевник с творогом (Макаронные изделия (не яичные), творог 9 % м.д.ж, сметана 15,0% м.д.ж, масло сливочное 72,5 % м.д.ж, масло подсолнечное, яйцо куриное, соль поваренная йодированная, сахар)	205	17,67	13,92	41,2	361,03
Йогурт (йогурт 2,5%)	200	6,93	5,09	11,21	118,37
Итого за Полдник	405	24,6	19,01	52,41	479,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ Зав.столовой _____ Соколова И.Б.		77,82	65,89	228,13	1807,2