

Меню

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания	Номер рецептуры
--------------	--------------------	--	----------------------	--------------------

Завтрак 1-4 кл

70	Рыба, тушенная в томате с овощами минтай, морковь, томат, лук репчатый, масло растительное., раствор лимонный кислоты 3%-ный, сахар	ЭЦ-74, Бел-7, Жир-3, Угл-3	25-64	229
120	Картофель отварной с маслом сливочным картофель, масло сливочное	ЭЦ-132, Бел-2, Жир-5, Угл-19	15-00	125
200	Чай с сахаром. сахар, чай черный	ЭЦ-60, Угл-15	5-00	376
30	Хлеб пшеничный	ЭЦ-91, Бел-2, Жир-1, Угл-15	3-00	560
10	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-66, Жир-7	8-00	14
Итого за Завтрак		ЭЦ-423, Бел-12, Жир-16, Угл-52	56-64	

Обед 5-11 кл

200	Суп картофельный с крупой(ячневый) картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное.	ЭЦ-69, Бел-2, Жир-2, Угл-10	15-00	101
70	Котлеты ,биточки мясные. свинина, молоко с мдж 2,5%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное.	ЭЦ-259, Бел-9, Жир-20, Угл-11	40-00	268
120	Каша рассыпчатая гречневая с маслом крупа гречневая, масло сливочное	ЭЦ-228, Бел-7, Жир-7, Угл-33	14-00	171
35	Икра свекольная свекла, томат, лук репчатый, масло растительное., сахар	ЭЦ-39, Жир-3, Угл-3	3-00	75
200	Компот из смеси сухофрукты, сахар, кислота лимонная.	ЭЦ-179, Бел-1, Угл-42	8-00	349
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10	2-00	560
30	Хлеб ржано-пшеничный	ЭЦ-139, Бел-5, Жир-2, Угл-25	3-00	527
Итого за Обед		ЭЦ-974, Бел-25, Жир-35, Угл-134	85-00	

Льготная категория питающихся (5-11кл) по 15,39р

180	Суп картофельный с крупой(ячневый) картофель, морковь, лук репчатый, крупа ячневая., масло растительное.	ЭЦ-62, Бел-1, Жир-2, Угл-9	13-39	101
20	Хлеб пшеничный	ЭЦ-61, Бел-2, Жир-1, Угл-10	2-00	560
Итого за Обед 1		ЭЦ-123, Бел-3, Жир-3, Угл-19	15-39	

Итого за день ЭЦ-1 519, Бел-40, Жир-54, Угл-205 **157-03**

03.02.21

