

Меню СОШ (7-11, 1 см)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>			
90	Фрикадельки из говядины тушеные в соусе <i>фарш из говядины (полуфабрикат), хлеб пшеничный в/с, лук в/к, масло сливочное, мука пшеничная в/с, томат-паста, соль йодированная, сахар-песок</i>	Белки-11, Жиры-12, Углеводы-8, Калорийность-188	49-99
200	Макароны отварные с маслом <i>макаронные изделия (весовые), масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47, Калорийность-282	17-85
200	Чай фруктовый <i>сахар-песок, яблоко, чай черный лист</i>	Углеводы-7, Калорийность-30	2-98
30,2	Хлеб пшеничный	Белки-2, Углеводы-15, Калорийность-71	2-69
520,2	Итого за Завтрак	Белки-20, Жиры-19, Углеводы-78, Калорийность-570	73-51
<u>Обед</u>			
60	Салат "Степной" из разных овощей <i>картофель в/к, морковь в/к, огурцы солёные, горошек зелёный, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-82	12-74
200	Суп гречневый с овощами <i>картофель в/к, лук в/к, морковь в/к, крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23, Калорийность-138	16-90
200	Говядина тушеная с картофелем <i>картофель в/к, мясо говядина б/к 1 сорт (гуляш), лук в/к, масло подсолнечное, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-16, Жиры-14, Углеводы-33, Калорийность-323	86-50
200	Напиток из клубничного варенья <i>варенье в ассортименте (новое), сахар-песок, кислота лимонная</i>	Углеводы-26, Калорийность-101	9-14
41	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-3, Углеводы-14, Калорийность-74	3-04
701	Итого за Обед	Белки-24, Жиры-24, Углеводы-104, Калорийность-718	128-32
701	Итого за день	Белки-44, Жиры-44, Углеводы-181, Калорийность-1 288	201-83

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП