

Согласовано

Руководитель Учреждения

МЕНЮ

313 Школа

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

Завтрак

10/30	Бутерброд с маслом	ЭЦ-163, Б-2, Ж-11, У/В-12
155	Каша боярская из пшена с изюмом	ЭЦ-589, Б-24, Ж-23, У/В-75
185/15	Чай с сахаром	ЭЦ-60, У/В-15
125	Йогурт	ЭЦ-100, Б-4, Ж-3, У/В-14
150	Яблоко свежее	ЭЦ-71, Б-1, Ж-1, У/В-15
20	Вафли	ЭЦ-120, Б-1, Ж-5, У/В-12
Итого за Завтрак		ЭЦ-1 102, Б-31, Ж-43, У/В-143

Обед

60	Огурец соленый	ЭЦ-8, Б-1, У/В-2
200/20/1	Суп картофельный со сладким перцем, 0/1 мясом, сметаной и зеленью петрушки	ЭЦ-196, Б-6, Ж-9, У/В-10
100/30	Рыба отварная с соусом Польским	ЭЦ-318, Б-26, Ж-25
150	Пюре картофельное	ЭЦ-141, Б-3, Ж-5, У/В-20
200	Кисель из кураги	ЭЦ-113, У/В-28
30	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	ЭЦ-82, Б-4, Ж-1, У/В-18
30	Батон нарезной обогащенный	ЭЦ-76, Б-2, Ж-1, У/В-15
Итого за Обед		ЭЦ-934, Б-42, Ж-42, У/В-93

Полдник

100	Булочка творожная	ЭЦ-288, Б-12, Ж-6, У/В-47
200	Сок в индивидуальной упаковке	ЭЦ-120, Б-1, У/В-25
100	Слива свежая	ЭЦ-52, Б-1, У/В-10
Итого за Полдник		ЭЦ-460, Б-14, Ж-6, У/В-82

Итого за день ЭЦ-2 496, Б-86, Ж-91, У/В-317Бухгалтер
калькуляторЗаведующий
производствомГенеральный
директор