

20.05.2021

(Школа №2)

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

Завтрак 2

50	Рыба припущенная (треска) 50г треска филе зам., соль, лук репчатый	Калорийность-44, Белки-10	56-65
100	Пюре картофельное 100 картофель, молоко 2.5% ультрапастеризованное, масло сливочное, соль	Калорийность-100, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15	16-64
25	Огурец свежий	Калорийность-3	9-24
150/50 /15	Чай с молоком молоко 2.5% ультрапастеризованное, сахар - песок, чай черный крупнолистовой	Калорийность-87, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17	10-08
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-59, Белки-2, Углеводы-12	2-39
Итого за Завтрак 2		Калорийность-292, Белки-16, Жиры-5, Углеводы-45	95-00

Обед

250/20 /2	Суп картоф.с макар. изд. с мясом (филе), зелень картофель, куриные грудки филе, макаронные изделия, морковь, лук репчатый, соль, масло растительное, укроп (зелень)	Калорийность-191, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-25	28-38
75	Биточек из говядины.75 говядина (лопатка), хлеб пшеничный, сухари панировочные, лук репчатый, масло растительное, соль	Калорийность-227, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-13	53-76
100	Каша перловая рассып. 100 крупа перловая, масло сливочное, соль	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	6-16
200	Компот из свежих яблок яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота	Калорийность-115, Углеводы-28	10-19
17	Хлеб столичный	Калорийность-39, Белки-1, Углеводы-8	1-51
Итого за Обед		Калорийность-703, Белки-24, Жиры-24, Углеводы-96	100-00

Экономист
по ценамЗав.
производствДиректор
школыМуниципальное
унитарное предприятие
«Объединение школьных столовых»
город Костомукша