

(Школа №2)

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

Завтрак 2

55/5	Сосиски отварные с маслом (55) сосиски , масло сливочное	Калорийность-181, Белки-6, Жиры-17	27-44
20/100 /5	Макароны отварные с сыром макаронные изделия, сыр твердый , масло сливочное , соль	Калорийность-189, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-23	25-87
200	Какао с молоком молоко 2.5% ультрапастеризованное, сахар - песок, какао порошок	Калорийность-149, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-26	17-82
100	Мандарины	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8	20-43
26	Батон нарезной	Калорийность-68, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	3-44
Итого за Завтрак 2		Калорийность-626, Белки-21, Жиры-29, Углеводы-70	95-00

Обед

250/2	Суп картоф. с бобовыми(горох) с зеленью картофель, горох , лук репчатый, морковь, масло растительное, соль , петрушка (зелень)	Калорийность-142, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-18	12-56
35/35	Гуляш из говядины 35/35 говядина (лопатка), лук репчатый, масло растительное, томатная паста. , соль , мука пшеничная	Калорийность-162, Белки-11, Жиры-12, Углеводы-2	54-31
100	Каша рассыпчатая гречневая крупа гречневая , масло сливочное , соль	Калорийность-155, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-24	10-02
35	Помидор свежий	Калорийность-8, Углеводы-1	12-93
200	Напиток яблочный яблоки, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота	Калорийность-108, Углеводы-26	7-82
27	Хлеб столичный	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	2-36
Итого за Обед		Калорийность-637, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-85	100-00

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