

Меню школы (7-11 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
завтрак		
180	Каша пшеничная <i>сгущенное молоко, крупа пшеничная, масло сливочное, соль</i>	ЭЦ-140, Б-4, Ж-7, У/В-16
200	Чай с сахаром <i>сахар чай</i>	ЭЦ-57, У/В-15
40	Хлеб 40г	ЭЦ-95, Б-3, У/В-19
50	Пряники <i>мука, сахар, маргарин, меланж, дрожжи, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-195, Б-4, Ж-7, У/В-30
Итого за завтрак		ЭЦ-487, Б-11, Ж-14, У/В-80
обед		
80	Котлеты <i>котлеты куриные, масло растительное</i>	ЭЦ-176, Б-13, Ж-7, У/В-15
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	ЭЦ-400, Б-10, Ж-18, У/В-50
85	Хлеб 85г	ЭЦ-71, Б-2, У/В-15
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/В-15
100	Соус томатный <i>томатная паста, лук репчатый, морковь, мука, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-97, Б-2, Ж-7, У/В-6
Итого за обед		ЭЦ-801, Б-27, Ж-32, У/В-101
Итого за день		ЭЦ-1 288, Б-38, Ж-46, У/В-181

Составил:  В.Р.

Директор

Проценко С.
А.