



Меню горячего питания

5-11 классов

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, (Ккал)	Стоимость руб.
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр порционный	40	7,6	10,0	0,1	121,3	27,20
2	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200	22,5	20,0	20,6	358,5	89,72
3	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	10,51
4	печенье пром. произ-ва	30	1,6	2,1	11,0	61,3	3,75
5	Фрукты свежие яблоки	100	0,4	0,4	10,4	45,0	7,50
6	Хлеб пшеничный	50	0,4	0,1	24,3	104,3	3,30
7	Хлеб ржаной	35	1,8	1,2	11,7	61,3	2,66
	<b>ИТОГО</b>	<b>655</b>	<b>39,20</b>	<b>38,80</b>	<b>110,50</b>	<b>820,40</b>	<b>144,64</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат из свеклы	100	1,7	3,0	8,4	67,0	6,20
2	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,0	4,3	10,0	88,0	10,17
3	Тефтели мясные с рисом	100	9,3	11,1	11,2	184,0	25,74
4	Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,4	12,4	44,6	322,2	5,25
5	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,3	41,2	2,05
6	Хлеб пшеничный	55	0,5	0,1	26,8	114,8	3,63
7	Хлеб ржаной	40	2,0	1,4	13,4	70,0	3,04
		<b>925,0</b>	<b>22,93</b>	<b>32,34</b>	<b>124,71</b>	<b>887,17</b>	<b>56,08</b>
		<b>1580,0</b>	<b>62,13</b>	<b>71,14</b>	<b>235,21</b>	<b>1707,57</b>	<b>200,72</b>