



Меню горячего питания  
1- 4 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	30	5,7	7,5	0,1	91,0	20,40
2	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	10,8	41,3	303,0	9,21
3	Биточек мясной	90	14,3	7,1	14,4	189,0	30,76
4	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,3	41,2	2,05
5	Фрукты свежие яблоки	100	0,4	0,4	10,4	45,0	7,50
6	Хлеб пшеничный	35	0,3	0,0	17,0	73,0	2,31
7	Хлеб ржаной	20	1,0	0,7	6,7	35,0	1,52
	<b>ИТОГО</b>	<b>625</b>	<b>30,1</b>	<b>26,5</b>	<b>100,2</b>	<b>777,2</b>	<b>73,75</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат из белокачанной капусты	80	1,1	4,1	7,1	70,4	4,08
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	5,0	4,5	17,8	133,6	5,11
3	Рыба припущенная	95	9,3	8,4	0,8	79,8	35,89
4	Картофель отварной	150	3,0	6,4	19,9	151,3	15,15
5	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	10,51
6	Хлеб пшеничный	45	0,4	0,1	21,9	93,9	2,97
7	Хлеб ржаной	30	1,5	1,1	10,1	52,5	2,28
		<b>825,0</b>	<b>25,2</b>	<b>29,6</b>	<b>110,1</b>	<b>771,5</b>	<b>75,99</b>
		<b>1450,0</b>	<b>55,3</b>	<b>56,1</b>	<b>210,3</b>	<b>1548,7</b>	<b>149,74</b>