

Ашан СОШ нач кл, 2чт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завт. 7-11</u>			
200	Каша манная молочная жидкая <i>Молоко, Крупа манная, Сахар. Сахар-песок, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	кКал-203.9, Бел-6.07, Жир-6.44, Угл-30.48, С-1.35	-68-46
10	Масло сливочное (порциями)	кКал-66.1, Бел-0.08, Жир-7.25, Угл-0.13	10-02
200	Чай с сахаром <i>Чай черный, Сахар. Сахар-песок</i>	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3	1-30
40	Хлеб пшеничный	кКал-93.6, Бел-3.04, Жир-0.32, Угл-19.68	-0-47
Итого за Завт.7-11		кКал-401.6, Бел-9.39, Жир-14.11, Угл-59.59, С-1.35	-57-61
<u>Обед 7-11</u>			
200	Суп с макаронными изделиями и картофелем <i>Картофель, Морковь, Макароны изделия из муки в/с, Лук репчатый, Масло растительное, Томат-паста, Соль йодированная, Кура 1-й кат.потрош.</i>	кКал-104.3, Бел-4.75, Жир-5.12, Угл-9.65, С-3.04	12-64
90	Котлеты или биточки рыбные <i>Минтай, Молоко, Хлеб пшеничный, Масло сливочное, Масло растительное, Соль йодированная</i>	кКал-95.14, Бел-11.57, Жир-1.41, Угл-9	2-90
150	Пюре картофельное <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	кКал-105, Бел-4.05, Жир-6, Угл-8.7, С-3.6	-2-45
200	Компот из свежих плодов и ягод <i>Яблоки, Сахар. Сахар-песок, Лимонная кислота, 2%</i>	кКал-46, Бел-0.1, Жир-0.1, Угл-11.1, С-0.6	4-08
40	Хлеб пшеничный	кКал-93.6, Бел-3.04, Жир-0.32, Угл-19.68	-0-47
40	Хлеб ржаной	кКал-82.4, Бел-3.2, Жир-0.6, Угл-16.04	-0-14
Итого за Обед 7-11		кКал-526.44, Бел-26.71, Жир-13.55, Угл-74.17, С-7.24	16-56
Итого за день		кКал-928.04, Бел-36.1, Жир-27.66, Угл-133.76, С-8.59	-41-05

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

Камашева О.С.Камашева

АШАП СОШ стр кл, 2чт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завт.12+</u>			
250	Каша манная молочная жидкая <i>Молоко, Крупа манная, Сахар. Сахар-песок, Соль йодированная, Масло сливочное</i>	кКал-254.88, Бел-7.59, Жир-8.05, Угл-38.1, С-1.68	-85-57
50	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6	-0-58
200	Чай с молоком <i>Чай черный, Молоко, Сахар. Сахар-песок</i>	кКал-64, Бел-1.6, Жир-1.3, Угл-11.5, С-0.3	-34-47
20	Масло сливочное (порциями)	кКал-132.2, Бел-0.16, Жир-14.5, Угл-0.26	20-04
Итого за Завт.12+		кКал-568.08, Бел-13.15, Жир-24.25, Угл-74.46, С-1.98	-100-58
<u>Обед12+</u>			
250	Суп с макаронными изделиями и картофелем <i>Картофель, Морковь, Макароны изделия из муки в/с, Лук репчатый, Масло растительное, Томат-паста, Соль йодированная, Кура 1-й кат.потрош.</i>	кКал-130.38, Бел-5.94, Жир-6.4, Угл-12.06, С-3.8	15-80
100	Котлеты или биточки рыбные <i>Минтай, Молоко, Хлеб пшеничный, Масло сливочное, Масло растительное, Соль йодированная</i>	кКал-105.71, Бел-12.86, Жир-1.57, Угл-10	3-23
180	Пюре картофельное <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	кКал-126, Бел-4.86, Жир-7.2, Угл-10.44, С-4.32	-2-94
200	Компот из свежих плодов и ягод <i>Яблоки, Сахар. Сахар-песок, Лимонная кислота, 2%</i>	кКал-46, Бел-0.1, Жир-0.1, Угл-11.1, С-0.6	4-08
40	Хлеб пшеничный	кКал-93.6, Бел-3.04, Жир-0.32, Угл-19.68	-0-47
40	Хлеб ржаной	кКал-82.4, Бел-3.2, Жир-0.6, Угл-16.04	-0-14
Итого за Обед12+		кКал-584.09, Бел-30, Жир-16.19, Угл-79.32, С-8.72	19-56
Итого за день		кКал-1 152.17, Бел-43.15, Жир-40.44, Угл-153.78, С-10.7	-81-02

Директор



Х.С.Муниров

Технолог

Камеш. О.С.Камашева

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 710858474967985478426001373498448859431888587385

Владелец Канисева Дарья Алексеевна

Действителен с 28.09.2022 по 28.09.2023