

**Ашан СОШ нач кл, 1шт**

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

**Завт. 7-11**

200	<b>Суп молочный с крупой</b>	кКал-130, Бел-4.8, Жир-5, Угл-16.44, С-0.92
10	<b>Повидло, джем, варенье</b>	кКал-26.2, Бел-0.04, Угл-6.5, С-0.05
200	<b>Чай с сахаром</b>	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-93.6, Бел-3.04, Жир-0.32, Угл-19.68

**Итого за Завт. 7-11** кКал-287.8, Бел-8.08, Жир-5.42, Угл-51.92, С-0.97

**Обед 7-11**

200	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	кКал-92.6, Бел-5.04, Жир-2.86, Угл-11.68, С-3.8
150	<b>Макаронник с мясом</b>	кКал-291.67, Бел-18.17, Жир-15.58, Угл-19.58, С-0.25
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	кКал-84, Бел-0.6, Жир-0.1, Угл-20.1, С-0.2
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-93.6, Бел-3.04, Жир-0.32, Угл-19.68
40	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-82.4, Бел-3.2, Жир-0.6, Угл-16.04

**Итого за Обед 7-11** кКал-644.27, Бел-30.05, Жир-19.46, Угл-87.08, С-4.25

**Итого за день** кКал-932.07, Бел-38.13, Жир-24.88, Угл-139, С-5.22

Директор

Х.С.Муниров



Технолог

О.С.Камашева

**АШАП СОШ стр кл, 1шт**

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

**Завт.12+**

250	<b>Суп молочный с крупой</b>	кКал-162.5, Бел-6, Жир-6.25, Угл-20.55, С-1.15
20	<b>Повидло, джем, варенье</b>	кКал-52.4, Бел-0.08, Угл-13, С-0.1
200	<b>Чай с сахаром</b>	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

**Итого за Завт.12+** кКал-369.9, Бел-10.08, Жир-6.75, Угл-67.45,  
С-1.25

**Обед12+**

250	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	кКал-115.75, Бел-6.3, Жир-3.58, Угл-14.6, С-4.75
200	<b>Макаронник с мясом</b>	кКал-388.89, Бел-24.22, Жир-20.78, Угл-26.11, С-0.33
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	кКал-84, Бел-0.6, Жир-0.1, Угл-20.1, С-0.2
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-93.6, Бел-3.04, Жир-0.32, Угл-19.68
40	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-82.4, Бел-3.2, Жир-0.6, Угл-16.04

**Итого за Обед12+** кКал-764.64, Бел-37.36, Жир-25.38, Угл-96.53,  
С-5.28

**Итого за день** кКал-1 134.54, Бел-47.44, Жир-32.13,  
Угл-163.98, С-6.53

Директор

Х.С.Муниров



Технолог

О.С.Камашева