

Ашан СОШ нач кл, 2пт

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

Завт. 7-11

150	Суп молочный с крупой	кКал-97.5, Бел-3.6, Жир-3.75, Угл-12.33, С-0.69
200	Чай с сахаром	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3
40	Хлеб пшеничный	кКал-93.6, Бел-3.04, Жир-0.32, Угл-19.68

Итого за Завт. 7-11 кКал-229.1, Бел-6.84, Жир-4.17, Угл-41.31,
С-0.69

Обед 7-11

200	Суп картофельный с бобовыми	кКал-92.6, Бел-5.04, Жир-2.86, Угл-11.68, С-3.8
150	Макаронные изделия отварные	кКал-184.5, Бел-5.55, Жир-4.95, Угл-29.55
80	Мясо тушеное (свинина)	кКал-175.2, Бел-12.8, Жир-12, Угл-4, С-1.28
200	Компот из смеси сухофруктов	кКал-84, Бел-0.6, Жир-0.1, Угл-20.1, С-0.2
40	Хлеб пшеничный	кКал-93.6, Бел-3.04, Жир-0.32, Угл-19.68
40	Хлеб ржаной	кКал-82.4, Бел-3.2, Жир-0.6, Угл-16.04

Итого за Обед 7-11 кКал-712.3, Бел-30.23, Жир-20.83, Угл-101.05,
С-5.28

Итого за день кКал-941.4, Бел-37.07, Жир-25, Угл-142.36,
С-5.97

Директор

Х.С.Муниров



Технолог

О.С.Камашева

АШАП СОШ стр кл, 2шт

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

Завт.12+

200	Суп молочный с крупой	кКал-130, Бел-4.8, Жир-5, Угл-16.44, С-0.92
200	Чай с сахаром	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3
50	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

Итого за Завт.12+ кКал-285, Бел-8.8, Жир-5.5, Угл-50.34, С-0.92**Обед12+**

200	Суп картофельный с бобовыми	кКал-92.6, Бел-5.04, Жир-2.86, Угл-11.68, С-3.8
180	Макаронные изделия отварные	кКал-221.4, Бел-6.66, Жир-5.94, Угл-35.46
80	Мясо тушеное (свинина)	кКал-175.2, Бел-12.8, Жир-12, Угл-4, С-1.28
200	Компот из смеси сухофруктов	кКал-84, Бел-0.6, Жир-0.1, Угл-20.1, С-0.2
40	Хлеб пшеничный	кКал-93.6, Бел-3.04, Жир-0.32, Угл-19.68
40	Хлеб ржаной	кКал-82.4, Бел-3.2, Жир-0.6, Угл-16.04

Итого за Обед12+ кКал-749.2, Бел-31.34, Жир-21.82, Угл-106.96,
С-5.28**Итого за день** кКал-1 034.2, Бел-40.14, Жир-27.32,
Угл-157.3, С-6.2

Директор

Х.С.Муниров

Технолог

О.С.Камашева



A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Камашева".

Ашан СОШсотруд, 2шт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед сотр</u>		
180	Макаронные изделия отварные	кКал-221.4, Бел-6.66, Жир-5.94, Угл-35.46
80	Мясо тушеное (свинина)	кКал-175.2, Бел-12.8, Жир-12, Угл-4, С-1.28
200	Компот из смеси сухофруктов	кКал-84, Бел-0.6, Жир-0.1, Угл-20.1, С-0.2
40	Хлеб пшеничный	кКал-93.6, Бел-3.04, Жир-0.32, Угл-19.68
40	Хлеб ржаной	кКал-82.4, Бел-3.2, Жир-0.6, Угл-16.04
Итого за Обед сотр		кКал-656.6, Бел-26.3, Жир-18.96, Угл-95.28, С-1.48
Итого за день		кКал-656.6, Бел-26.3, Жир-18.96, Угл-95.28, С-1.48

Директор

Х.С.Муниров



Технолог

О.С.Камашева