

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	Птица в соусе с томатом	кКал-117.14, Бел-7.6, Жир-8.86, Угл-1.77, С-0.29
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-654.24, Бел-25.03, Жир-17.69, Угл-98.82,
С-4.29

Итого за день кКал-883.34, Бел-31.87, Жир-21.86,
Угл-140.13, С-4.98

Директор

Х.С.Муниров



Технолог

А.Я.Мансурова

