

**Ашан СОШ нач кл, 2вт**

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

**Обед 7-11**

50	<b>Салат из капусты белокочанной</b>	кКал-94, Бел-1.45, Жир-6, Угл-8.4, С-17
70	<b>Котлеты из говядины и свинины</b>	кКал-170.1, Бел-12.32, Жир-8.61, Угл-10.5
150	<b>Пюре картофельное</b>	кКал-70, Бел-2.7, Жир-4, Угл-5.8, С-2.4
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
40	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-82.4, Бел-3.2, Жир-0.6, Угл-16.04

**Итого за Обед 7-11** кКал-548.1, Бел-22.91, Жир-19.63, Угл-69.72,  
С-19.4

**Итого за день** кКал-548.1, Бел-22.91, Жир-19.63, Угл-69.72,  
С-19.4

Директор

Х.С.Муниров



Технолог

А.Я.Мансурова

**АШАП СОШ стр кл, 2вт**

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

**Обед12+**

100	<b>Салат из капусты белокочанной</b>	кКал-188, Бел-2.9, Жир-12, Угл-16.8, С-34
90	<b>Котлеты из говядины и свинины</b>	кКал-218.7, Бел-15.84, Жир-11.07, Угл-13.5
180	<b>Пюре картофельное</b>	кКал-84, Бел-3.24, Жир-4.8, Угл-6.96, С-2.88
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
40	<b>Хлеб ржаной</b>	кКал-82.4, Бел-3.2, Жир-0.6, Угл-16.04

**Итого за Обед12+** кКал-704.7, Бел-28.42, Жир-28.89, Угл-82.28,  
С-36.88

**Итого за день** кКал-704.7, Бел-28.42, Жир-28.89, Угл-82.28,  
С-36.88

Директор

Х.С.Муниров



Технолог

А.Я.Мансурова