

Ашан Малый СОШ, 1ср

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

Завт овз

30	Печенье	кКал-622.5, Бел-11.25, Жир-14.7, Угл-111.6
200	Чай с сахаром	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3

Итого за Завт овз кКал-660.5, Бел-11.45, Жир-14.8, Угл-120.9**1-4 класс**

150	Суп картофельный с бобовыми	кКал-69.45, Бел-3.78, Жир-2.15, Угл-8.76, С-2.85
150	Макаронные изделия отварные	кКал-123, Бел-3.7, Жир-3.3, Угл-19.7
60	Птица в соусе с томатом!	кКал-35.14, Бел-2.28, Жир-2.66, Угл-0.53, С-0.09
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 1-4 класс кКал-382.59, Бел-13.76, Жир-8.61, Угл-62.89,
С-2.94**5-11 класс**

150	Суп картофельный с бобовыми	кКал-69.45, Бел-3.78, Жир-2.15, Угл-8.76, С-2.85
160	Макаронные изделия отварные	кКал-98.4, Бел-2.96, Жир-2.64, Угл-15.76
70	Птица в соусе с томатом!	кКал-41, Бел-2.66, Жир-3.1, Угл-0.62, С-0.1
200	Чай с сахаром	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3
60	Хлеб пшеничный	кКал-140.4, Бел-4.56, Жир-0.48, Угл-29.52

Итого за 5-11 класс кКал-387.25, Бел-14.16, Жир-8.47, Угл-63.96,
С-2.95**Итого за день** кКал-1 430.34, Бел-39.37, Жир-31.88,
Угл-247.75, С-5.89

Директор

Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано

Липектоп

