

Ашан Малый СОШ, 1вт

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

Завт овз

60	Булочка домашняя	кКал-189, Бел-4.2, Жир-6.7, Угл-27.8
200	Чай с сахаром	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3

Итого за Завт овз кКал-227, Бел-4.4, Жир-6.8, Угл-37.1**1-4 класс**

180	Борщ с капустой и картофелем	кКал-102.92, Бел-5, Жир-6.86, Угл-5.3, С-5.76
180	Плов из отварной птицы	кКал-200.7, Бел-11.07, Жир-7.38, Угл-22.32
200	Компот из смеси сухофруктов	кКал-84, Бел-0.6, Жир-0.1, Угл-20.1, С-0.2
50	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

Итого за 1-4 класс кКал-504.62, Бел-20.47, Жир-14.74, Угл-72.32, С-5.96**5-11 класс**

180	Борщ с капустой и картофелем	кКал-102.92, Бел-5, Жир-6.86, Угл-5.3, С-5.76
200	Плов из отварной птицы	кКал-223, Бел-12.3, Жир-8.2, Угл-24.8
200	Компот из смеси сухофруктов	кКал-84, Бел-0.6, Жир-0.1, Угл-20.1, С-0.2
50	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

Итого за 5-11 класс кКал-526.92, Бел-21.7, Жир-15.56, Угл-74.8, С-5.96**Итого за день** кКал-1 258.54, Бел-46.57, Жир-37.1, Угл-184.22, С-11.92

Директор

Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано

Липектоп

