Ашап 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 макаронными изделиями***	кКал-120.15, Бел-4.32, Жир-4.86, Угл-14.77, С-0.67
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-251.75, Бел-7.56, Жир-5.28, Угл-43.75, С-0.67
	Обед 7-11	
200	***Суп картофельный с бобовыми***	кКал-92.6, Бел-5.04, Жир-2.86, Угл-11.68, С-3.8
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
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-553.3, Бел-22.95, Жир-11.26, Угл-89.82, С-4
	Итого за день	кКал-805.05, Бел-30.51, Жир-16.54, Угл-133.57, С-4.67

Директор Х.С.Муниров

Технолог А.Я.Мансурова

Согласовано
Директор

АШАП СОШ стр кл, 2пт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завт.12+	
200	***Суп молочный с макаронными изделиями***	кКал-160.2, Бел-5.76, Жир-6.48, Угл-19.7, С-0.9
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-315.2, Бел-9.76, Жир-6.98, Угл-53.6, С-0.9
	Обед12+	
200	***Суп картофельный с бобовыми***	кКал-92.6, Бел-5.04, Жир-2.86, Угл-11.68, С-3.8
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
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-575.6, Бел-24.18, Жир-12.08, Угл-92.3, С-4
	Итого за день	кКал-890.8, Бел-33.94, Жир-19.06, Угл-145.9, С-4.9

Директор Х.С.Муниров

Технолог А.Я.Мансурова

Согласовано
Директор