

**Ашан Малый СОШ, 1nn**

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

**Завт овз**

20	<b>Печенье</b>	кКал-415, Бел-7.5, Жир-9.8, Угл-74.4
200	<b>Чай с сахаром</b>	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3

**Итого за Завт овз** кКал-453, Бел-7.7, Жир-9.9, Угл-83.7**1-4 класс**

200	<b>Борщ с капустой и картофелем</b>	кКал-114.36, Бел-5.56, Жир-7.62, Угл-5.89, С-6.4
150	<b>Каша "Дружба"</b>	кКал-142.95, Бел-3.9, Жир-4.95, Угл-20.7, С-0.99
10	<b>Сыр полутвердый (порциями)</b>	кКал-35.8, Бел-23.2, Жир-29.5, С-0.7
100	<b>Яблоко</b>	кКал-29.33, Бел-0.27, Жир-0.27, Угл-6.53, С-4.67
200	<b>Чай с сахаром</b>	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

**Итого за 1-4 класс** кКал-477.44, Бел-36.93, Жир-42.84, Угл-67.02,  
С-12.76**5-11 класс**

200	<b>Борщ с капустой и картофелем</b>	кКал-114.36, Бел-5.56, Жир-7.62, Угл-5.89, С-6.4
150	<b>Каша "Дружба"</b>	кКал-142.95, Бел-3.9, Жир-4.95, Угл-20.7, С-0.99
10	<b>Сыр полутвердый (порциями)</b>	кКал-35.8, Бел-23.2, Жир-29.5, С-0.7
100	<b>Яблоко</b>	кКал-29.33, Бел-0.27, Жир-0.27, Угл-6.53, С-4.67
200	<b>Чай с сахаром</b>	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-140.4, Бел-4.56, Жир-0.48, Угл-29.52

**Итого за 5-11 класс** кКал-500.84, Бел-37.69, Жир-42.92, Угл-71.94,  
С-12.76**Итого за день** кКал-1 431.28, Бел-82.32, Жир-95.66,  
Угл-222.66, С-25.52

Директор

Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано

Липектоп



**Ашан М.СОШсотруд, 1пп**

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

**Обед сотр**

150	<b>Борщ с капустой и картофелем</b>	кКал-85.77, Бел-4.17, Жир-5.72, Угл-4.42, С-4.8
200	<b>Каша "Дружба"</b>	кКал-190.6, Бел-5.2, Жир-6.6, Угл-27.6, С-1.32
10	<b>Сыр полутвердый (порциями)</b>	кКал-35.8, Бел-23.2, Жир-29.5, С-0.7
50	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6
100	<b>Яблоко</b>	кКал-29.33, Бел-0.27, Жир-0.27, Угл-6.53, С-4.67
200	<b>Чай с сахаром</b>	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3

**Итого за Обед сотр** кКал-496.5, Бел-36.84, Жир-42.59, Угл-72.45,  
С-11.49

**Итого за день** кКал-496.5, Бел-36.84, Жир-42.59, Угл-72.45,  
С-11.49

Директор

Х.С.Муниров



Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано

Липектон