

Ашан Малый СОШ, 2пн

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

Завт овз

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

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

200	Рассольник ленинградский	кКал-182.8, Бел-11.65, Жир-12.06, Угл-6.94, С-4.04
150	Каша пшенная молочная жидкая	кКал-175.32, Бел-5.46, Жир-5.44, Угл-26.14, С-0.95
10	Масло сливочное (порциями)	кКал-132.2, Бел-0.16, Жир-14.5, Угл-0.26
200	Чай с сахаром	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3
100	Яблоко	кКал-29.33, Бел-0.27, Жир-0.27, Угл-6.53, С-4.67
50	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

Итого за 1-4 класс кКал-674.65, Бел-21.54, Жир-32.77, Угл-73.77,
С-9.66**5-11 класс**

200	Рассольник ленинградский	кКал-182.8, Бел-11.65, Жир-12.06, Угл-6.94, С-4.04
180	Каша пшенная молочная жидкая	кКал-210.38, Бел-6.55, Жир-6.53, Угл-31.36, С-1.14
10	Масло сливочное (порциями)	кКал-132.2, Бел-0.16, Жир-14.5, Угл-0.26
200	Чай с сахаром	кКал-38, Бел-0.2, Жир-0.1, Угл-9.3
100	Яблоко	кКал-44, Бел-0.4, Жир-0.4, Угл-9.8, С-7
50	Хлеб пшеничный	кКал-117, Бел-3.8, Жир-0.4, Угл-24.6

Итого за 5-11 класс кКал-724.38, Бел-22.76, Жир-33.99, Угл-82.26,
С-12.18**Итого за день** кКал-1 852.03, Бел-52, Жир-76.66, Угл-239.73,
С-21.84

Директор

Х.С.Муниров

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано

Липектоп

