

**МЕНЮ НА 2 МАРТА ШКОЛА №1**

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы	Стоимость питания
<u>Завтрак 2</u>			
20	<b>Колбаса п/к (порциями)</b> <i>колбаса п/к</i>	Калорийность-75, Белки-3, Жиры-7	12-44
120/20	<b>Запеканка из творога со сгущ. молоком 120/20</b> <i>творог 5%, молоко сгущенное, сахар - песок, крупа манная, яйцо столовое, масло сливочное, сухари панировочные, сметана 15%, соль, ванилин</i>	Калорийность-355, Белки-27, Жиры-13, Углеводы-32	86-87
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар - песок, чай черный крупнолистовой</i>	Калорийность-59, Углеводы-15	3-09
11	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	1-60
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Калорийность-514, Белки-31, Жиры-19, Углеводы-53	<b>104-00</b>

Обед

250/20 /2	<b>Борщ со св. капустой с картофелем, с зеленью с мясом(филе)</b> <i>свекла, капуста б/к, картофель, куриные грудки филе, морковь, лук репчатый, томатная паста., масло растительное, сахар - песок, соль, укроп (зелень), лимон. кислота</i>	Калорийность-128, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-12	26-24
75	<b>Котлета рубленая из птицы(филе кур.) 75</b> <i>куриные грудки филе, вода, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное.</i>	Калорийность-232, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-11	45-21
100	<b>Макаронны отварные</b> <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25	10-49
10	<b>Огурец свежий</b>	Калорийность-1	3-69
200	<b>Напиток смородиновый</b> <i>вода, смородина замороженная, сахар - песок, лимон. кислота, аскорбиновая кислота</i>	Калорийность-107, Углеводы-26	20-38
29	<b>Хлеб столичный</b>	Калорийность-67, Белки-2, Углеводы-14	3-99
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-679, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-88	<b>110-00</b>

Муниципальное унитарное предприятие «Школьные столовые» г.о. Костомукша  
экономист ПО ЦЕНАМ ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВА

директор школы

