

меню (12лет и старшеБП,РП)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
завтрак			
250	Каша рисовая молочная с маслом <i>рис, молоко сухое 25%, масло сливочное 72,5%, сахар-песок, соль йодированная</i>	ККАЛ-172, Б-6, Ж-8, У-23	33-00
20	Сыр порциями	ККАЛ-75, Б-5, Ж-6	22-00
125	Омлет с маслом <i>яйцо, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-234, Б-13, Ж-19, У-3	42-00
200	Какао с молоком <i>молоко сухое 25%, сахар-песок, какао-порошок</i>	ККАЛ-113, Б-4, Ж-4, У-15	23-00
50	Батон белый	ККАЛ-130, Б-4, Ж-2, У-25	6-00
30	Хлеб ржаной.	ККАЛ-61, Б-2, У-12	3-00
Итого за завтрак		ККАЛ-785, Б-34, Ж-39, У-78	129-00
обед			
70	Помидор свежий с маслом растительным <i>помидоры свежие, масло растительное</i>	ККАЛ-77, Б-1, Ж-7, У-3	24-00
75/50	Тефтели рыбные в соусе <i>м.лтай филе, мука в/с, свитина мясная нежирная п/ф, кури-филе, хлеб белый нарезной, лук репка, масло сливочное 72,5%, масло растительное, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-173, Б-10, Ж-8, У-15	58-00
180	Картофельное пюре <i>картофель св, масло сливочное 72,5%, молоко сухое 25%, соль йодированная</i>	ККАЛ-142, Б-4, Ж-6, У-24	26-00
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон свежий, чай байховый</i>	ККАЛ-43, У-11	7-00
70	Хлеб пшеничный	ККАЛ-164, Б-5, Ж-1, У-34	8-00
50	Хлеб ржаной	ККАЛ-85, Б-3, Ж-1, У-17	6-00
Итого за обед		ККАЛ-684, Б-23, Ж-23, У-104	129-00
Итого за день		ККАЛ-1469, Б-57, Ж-62, У-182	258-00

Директор
Лицей №2

Кулешова Ю.М.

ИП Полякова

Полякова И.Е.

Калькулятор

