

Завтрак

Директ

УТВЕРЖЕНО

ИЗДАТЕЛЬСТВО

ПЕЧАТНИЦА

ШКОЛА

ИНН 910609355
ОГРН 1159102005879

Самоее школа
Соловьева

Keywords:

Возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	80	0.64	0.08	1,36	8,00	6,00
Макароны отв. с м/сл и сыром	170	11,34	14,48	30,65	236,50	27,71
Кондитерские изделия	20	1,50	1,96	16,88	93,00	8,00
Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,40	84,80	18,00
Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,20	4,00
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,80	47,0	10,00
Итого за завтрак:	590	16,48	17,22	87,11	510,50	

Цена 73 рублей 71 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат картоф. с сол.огурцом	50	0.60	3.92	4.48	55,70	14.00
Борщ с капустой и картофелем	200	1.6	4.0	10.4	84.5	15.50
Котлеты рубленные из птицы с м/сл	90/5	15.1	19.7	13.4	291.7	25.50
Каша рассып. ячневая с м/сл	150/5	5.1	7.9	31.8	218.2	9.00
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	40.7	5.00
Хлеб пшеничный	40	3.0	0.3	20.0	94.7	4.00
Хлеб ржаной	20	1.4	0.3	8.0	40.2	3.00
Итого за обед:	740	26.90	36.22	97.58	825.70	

Цена 76 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию, руб
		Б	Ж	У		
Макароны отв.см/сл и сыром	180/5/15	10,7	10,0	42,3	300,2	31,00
Бутерброд с повидлом	55	2,5	3,8	28,4	157,2	10,00
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	13,7	55,3	4,00
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	10,00
Итого за завтрак:	555	13,7	14,2	94,2	559,7	

Цена 55 рублей

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат картоф. с сол. огурцом	50	0.60	3.92	4,48	55,70	14,00
Борщ с капустой и картофелем	250	2.0	5.0	13.0	105.8	15,50
Котлеты рубленые из птицы с м/сл	100/5	16.7	21.5	15.1	320.7	25,50
Каша рассып. ячневая с м/сл	180/5	5.8	8.8	37.0	248.3	9,00
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	40.7	5,00
Хлеб пшеничный	40	3.1	0.3	20.0	94,7	4,00
Хлеб ржаной	20	1.3	0.3	7,9	40,2	3,00
Итого за обед:	830	29.60	39,92	106,98	906,10	

Цена 76 рублей