

Завтрак

Директор Салеев О.Ю. Соловьева
 МБОУ "Пятиклассная школа"
 имени С.И. Бирюкова

1

Возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Макароны отв. с м/сл и сыром	150/5/15	11.34	14.48	30.65	264.0	49.71
Бутерброд с повидлом	30/20/5	2.4	3.87	27.83	156.0	10.00
Чай с сахаром	210	0.2	0.1	9.3	38.0	4.00
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	44.0	10.00
Итого за завтрак:	535	14.34	18.85	77.58	502.0	
Цена 73 рублей 71 копейк						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат картоф. с сол.огурцом	50	0.6	3.92	4.48	55.7	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	26.9	36.22	97.58	825.7	
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	200/10	0.2	0.1	9.3	38.0	4.00
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47.0	10.00
Итого за завтрак:	565	13.8	14.3	89.8	542.4	
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	0.6	3.92	4.48	55.7	14.00
Борщ с капустой и картофелем	250	2.0	5.0	13.0	105.8	15.50
Котлеты рубленные 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	29.6	39.92	106.98	906.1	
Цена 76 рублей						