

Утверждаю
 Директор средняя школа № 66 г. Пензы
 И.М. В.А. Струкалова
 Аддонина И.Э.

Меню на 14.10.2020 г (Корпус №3)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
ОБЕД 73,85			
100	<i>Салат Степной из разных овощей 1/100</i>	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	6-20
200	<i>Рассольник ленинградский 1/200</i>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-14	5-43
15	<i>Мясо отварное 1/15</i>	Калорийность-54, Белки-5, Жиры-4	12-87
65	<i>Котлеты рыбные 1/65</i>	Калорийность-90, Белки-11, Жиры-2, Углеводы-7	34-07
150	<i>Рагу из овощей 1/150</i>	Калорийность-180, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-19	7-76
200	<i>Компот из смеси сухофруктов 1/200</i>	Калорийность-118, Белки-1, Углеводы-28	3-52
36,68	<i>Хлеб Новый 1/35</i>	Калорийность-64, Белки-2, Углеводы-12	1-58
30,62	<i>Батон Колос 1/30</i>	Калорийность-81, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16	2-42
	Итого	Калорийность-776, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-104	73-85
ЗАВТРАК 73,85			
75	<i>Запеканка из творога 1/ 75</i>	Калорийность-132, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-9	27-17
20	<i>Молоко сгущ. 1/20</i>	Калорийность-65 600, Белки-1 440, Жиры-1 700, Углеводы-11 100	5-95
109,20	<i>Фрукт (Виноград) 1/109</i>	Калорийность-104, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23	19-00
45,85	<i>Зефир Снежанна1/45</i>	Калорийность-150, Углеводы-37	8-76
200	<i>Какао с молоком 1/200</i>	Калорийность-148, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-25	10-60
30	<i>Батон Колос 1/30</i>	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	2-37
	Итого	Калорийность-66 212, Белки-1 458, Жиры-1 712, Углеводы-11 209	73-85

Составил Бухгалтер

Ковалева Г.А.

Зав. производством

Кашенкова Т.С.