

№ п/п	№ п/п	Наименование	Выход. гр.	Елена, руб.
	1	Бутерброд с маслом сливочным	10/30	
	2	Яйцо вареное	40	209
	3	Суп молочный с вермишелью	200	120
	4	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	380
	5	Хлеб пшеничный	20	
	6	Хлеб ржаной	20	
	Обед (нач. кл.)			69-62
	1	Помидор свежий (порционно)	60	71
	2	Суп картофельный с рисом	200	101
	3	Жаркое по-домашнему с птицей	90/150	259
	4	Сок фруктовый	200	389

5	Хлеб пшеничный	пищевая ценность: белки - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, жиры - 1,7 г, калорийность - 111 ккал	20	
6	Хлеб ржаной	пищевая ценность: белки - 1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	20	
Завтрак (ст. кл.)				
1	Бутерброд с маслом сливочным	пищевая ценность: белки - 7,4 г, жиры - 8,5 г, углеводы - 24 г, калорийность - 133,4 ккал	10/30	68-44
2	Яйцо вареное	пищевая ценность: белки - 7,52 г, жиры - 18,72 г, углеводы - 0,8 г, калорийность - 159 ккал	40	
3	Суп молочный с вермишелью	пищевая ценность: белки - 2,47 г, жиры - 15,38 г, углеводы - 120 ккал	250	
4	Кофейный напиток со сгущенным молоком	пищевая ценность: белки - 3,5 г, жиры - 25,9 г, углеводы - 149 ккал	200	
5	Хлеб пшеничный	пищевая ценность: белки - 4,05 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	20	
6	Хлеб ржаной	пищевая ценность: белки - 1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	20	
Обед (ст. кл.)				
1	Помидор свежий (порционно)	пищевая ценность: белки - 0,6 г, жиры - 0,1 г, углеводы - 2,3 г, калорийность - 13 ккал	100	
2	Суп картофельный с рисом	пищевая ценность: белки - 2,12 г, жиры - 19,38 г, углеводы - 116 ккал	250	
3	Жаркое по-домашнему с птицей	пищевая ценность: белки - 26,69 г, жиры - 24,64 г, углеводы - 35,28 г, калорийность - 470,4 ккал	100/180	
4	Сок фруктовый	пищевая ценность: белки - 1 г, жиры - 0 г, углеводы - 30,2 г, калорийность - 124,8 ккал	200	
5	Хлеб пшеничный	пищевая ценность: белки - 1,7 г, жиры - 1,7 г, углеводы - 21,1 г, калорийность - 111 ккал	24	
6	Хлеб ржаной	пищевая ценность: белки - 1,65 г, жиры - 0,3 г, углеводы - 8,55 г, калорийность - 41,25 ккал	20	
Итого за обед: белки-27,75, жиры-23,06, углеводы-102,96, калорийность-825,6				
Итого за день: белки-45,95, жиры-51,6, углеводы-184,66, калорийность-1492,8				

Директор ООО «Феникс Групп» *Ирина*
 Карбуляева
 Директор школы №29 *Ирина*
 Карташова