

Меню весенне-летнее Титовская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
150	Омлет натуральный.	С-1, ЭЦ-210, Бел-22, Жир-36, Угл-4, А-105, В2-1, На-241, К-217, Са-162, Мг-27, Р-358, Железо-4	
100	Икра кабачковая..	ЭЦ-119, Бел-2, Жир-9, Угл-8, А-920, В1-153, С-7, На-700, К-315, Са-41, Мг-15, Р-37, Железо-1	
200	Кофейный напиток	ЭЦ-80, Угл-20	
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-66, Бел-2, Жир-1, Угл-12	
Итого за Завтрак		С-1, ЭЦ-475, Бел-25, Жир-46, Угл-44, А-1 025, В1-153, В2-1, С-7, РР-1, На-941, К-532, Са-203, Мг-42, Р-395, Железо-5	56-64
200	Щи из свежей капусты с картофелем.	С-1, ЭЦ-125, Бел-3, Жир-7, Угл-13, С-11, РР-1, На-3, К-29, Са-9, Мг-13, Р-33, Железо-1	
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-66, Бел-2, Жир-1, Угл-12	
		С-1, ЭЦ-190, Бел-4, Жир-8, Угл-25, С-11, РР-1, На-3, К-29, Са-9, Мг-13, Р-33, Железо-1	15-39

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)

Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.