

Меню весенне-летнее Титовская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
78	Котлеты (Биточки) рыбные-(Рыба тушеная с овощами)	ЭЦ-253, Бел-15, Жир-13, Угл-18, РР-1, Na-29, K-300, Са-32, Mg-44, P-172, Железо-1	
150	Картофель отварной	ЭЦ-154, Бел-3, Жир-6, Угл-23, А-29, С-21, РР-2, Na-36, K-726, Са-16, Mg-29, P-80, Железо-1	
75	Огурец соленый	ЭЦ-10, Бел-1, Угл-1	
200	Чай с сахаром	ЭЦ-52, Угл-14, Са-5, Mg-4, P-7, Железо-1	
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-66, Бел-2, Жир-1, Угл-12	
Итого за Завтрак		ЭЦ-535, Бел-21, Жир-20, Угл-69, А-29, С-21, РР-3, Na-64, K-1 026, Са-53, Mg-78, P-260, Железо-3	56-64
200	Рассольник ленинградский .	ЭЦ-103, Бел-2, Жир-4, Угл-14, С-12, РР-1, Na-778, Са-15, Mg-17, P-45, Железо-1	
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-66, Бел-2, Жир-1, Угл-12	
		ЭЦ-169, Бел-4, Жир-5, Угл-26, С-12, РР-1, Na-778, Са-15, Mg-17, P-45, Железо-1	15-39

Руководитель
МБОУ(МБДОУ)



Повар

ИП Шаповалов
Н.Н.

