

Меню весенне-летнее Титовская СОШ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
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	
60	Зеленый горошек	ЭЦ-43, Бел-2, Жир-2, Угл-4, А-12, С-7, На-421, К-66, Са-16, Мг-7, Р-41	
200	Компот из свежих плодов(яблок).	ЭЦ-115, Угл-28, С-4, На-10, Са-6, Мг-4, Р-4, Железо-1	
10	Масло сливочное (порциями)	ЭЦ-66, Жир-7	
50	Хлеб пшеничный	ЭЦ-131, Бел-4, Жир-2, Угл-25	
Итого за Завтрак		С-1, ЭЦ-565, Бел-28, Жир-47, Угл-61, А-117, В2-1, С-11, РР-1, На-673, К-283, Са-185, Мг-38, Р-404, Железо-5	56-64
200	Суп картофельный рисовый	ЭЦ-85, Бел-2, Жир-2, Угл-14, С-13, РР-1, На-5, Са-11, Мг-20, Р-50, Железо-1	
25	Хлеб пшеничный	ЭЦ-66, Бел-2, Жир-1, Угл-12	
		ЭЦ-151, Бел-4, Жир-3, Угл-26, С-13, РР-1, На-5, Са-11, Мг-20, Р-50, Железо-1	15-39

Руководитель
МБОУ(МБДО)



Повар

И.И. Шаповалов
Н.Н.

