

*Свласованю*

## Школы 7-18 весна 2024

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	---	-------------------

Завт. 7-11

150	№226 Каша "Дружба" 1/150	Калорийность-143, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-21	
180	№457 Чай с сахаром 1/180	Калорийность-34, Углеводы-8	
30	№ 64 Бутерброды с сыром 1/30	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-6	
170	№82 Яблоки 1/170	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-17	
<b>Итого за Завт.7-11</b>		<b>Калорийность-356, Белки-9, Жиры-13, Углеводы-52</b>	<b>97-44</b>

Обед 7-11

60	№9 Салат из квашеной капусты с луком 1/60	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6	
250	№100 Рассольник ленинградский 1/250	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	
8	№488 Сметана 1/8	Калорийность-13, Жиры-1	
150	№375 Плов из отварной говядины 1/150	Калорийность-269, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-29	
200	№501 Сок 3л 1/200	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-10	
25	№117 Батон нарезной 1/25	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
25	№115 Хлеб ржаной 1/25	Калорийность-44, Белки-2, Углеводы-8	
<b>Итого за Обед 7-11</b>		<b>Калорийность-642, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-79</b>	<b>97-44</b>

Завт. 11-18

250	№226 Каша "Дружба" 1/250	Калорийность-238, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-35	
20	№88 Бутерброд с маслом 10/10	Калорийность-77, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-8	
60	Печенье 1/60	Калорийность-250, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-45	
200	№457 Чай с сахаром 1/200	Калорийность-38, Углеводы-9	
20	№115 Хлеб ржаной 1/20	Калорийность-35, Белки-1, Углеводы-7	
<b>Итого за Завт.11-18</b>		<b>Калорийность-638, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-</b>	<b>60-00</b>

Обед 11-18

100	№9 Салат из квашеной капусты с луком 1/100	Калорийность-94, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9	
250	№100 Рассольник ленинградский 1/250	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	
10	№488 Сметана 1/10	Калорийность-16, Жиры-2	
180	№375 Плов из отварной говядины 1/180	Калорийность-317, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-35	
200	№377 Чай с лимоном 1/200	Калорийность-42, Углеводы-10	
35	№115 Хлеб ржаной 1/35	Калорийность-61, Белки-2, Углеводы-12	
25	№117 Батон нарезной 1/25	Калорийность-66, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	
<b>Итого за Обед 11-18</b>		<b>Калорийность-704, Белки-22, Жиры-27, Углеводы-92</b>	<b>85-00</b>

Полдник

60	1/60 Булочка дорожная	Калорийность-205, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-29	
200	1/200 Напиток из шиповника	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18	
<b>Итого за Полдник</b>		<b>Калорийность-283, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-47</b>	<b>35-00</b>



Ген. директор

Т.К. Корняуков

Повар

*[Signature]*

ООО «ПЕНЗЕНСКИЙ КОМБИНАТ ПИТАНИЯ»  
 440022, г. Пенза, ул. Советская 4, офис 33  
 ИНН 5835082676 КПП 583601001  
 БИК 045655635 р/с 40702810148000003967  
 в Отделении №8624 Сбербанка России г.Пензы  
 к/с 3010181000000000635