

Пятница (Бесплатники) (Лицей № 9)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
70	*Салат "Обской"	кКал-116, Жир-11, Угл-4	9-62
100	*Котлеты, Биточки, Шницели 100 грамм	кКал-112, Бел-4, Жир-8, Угл-6	45-61
200	*Картофельное пюре (с.54) 200 гр	кКал-146, Бел-3, Жир-6, Угл-20	28-04
22	*Батон нарезной	кКал-76, Бел-2, Угл-16	2-29
200	*Чай с молоком и сахаром (с.54)	кКал-27, Угл-7	6-44
Итого за Завтрак		кКал-477, Бел-9, Жир-25, Угл-53	92
<u>Обед</u>			
50	*Салат "Обской"	кКал-83, Жир-8, Угл-3	6-96
200/26	*Суп картофельный с горохом (с,54) с курицей	кКал-67, Бел-3, Жир-2, Угл-8	21-99
100	*Котлета рыбная (минтай филе) 100 гр. (с.54)	кКал-34, Бел-1, Угл-6	34-82
170	*Картофельное пюре (с.54)	кКал-124, Бел-3, Жир-5, Угл-17	23-84
29	*Хлеб бородинский	кКал-74, Бел-2, Угл-16	2-95
200	*Чай с сахаром (с.54)	кКал-27, Угл-7	1-44
Итого за Обед		кКал-409, Бел-9, Жир-15, Угл-57	92
Итого за		кКал-886, Бел-18, Жир-40, Угл-110	184

Директор _____ Шишляникова Т.О. Зав. столовой _____ Архипова О.А. Бух. _____ Захарова Ю.О.
 калькулятор _____