

## Колледж 1-4 класс (2021) 1 комплекс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Голубцы ленивые с отварным мясом собственного производства</b>	Калорийность-276, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-19	
200	<b>Фиточай.</b>	Калорийность-1	
10	<b>Сахар.</b>	Калорийность-40, Углеводы-10	
40	<b>Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1 сорта</b>	Калорийность-95, Белки-3, Углеводы-20	
150	<b>Апельсин</b>	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-12	
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-477, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-61	<b>96-92</b>
<b><u>Обед</u></b>			
60	<b>Винегрет овощной (из очищенных овощей)</b>	Калорийность-84, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6	
250	<b>Суп с изделиями макаронными группы А на мясном бульоне (из очищенных овощей)</b>	Калорийность-192, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-15	
45/45	<b>Гуляш из мяса отварного (из очищенных овощей)</b>	Калорийность-145, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-4	
180	<b>Рис отварной ..</b>	Калорийность-258, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	
200	<b>Кисель из концентрата промышленного производства (151201101)</b>	Калорийность-93, Углеводы-23	
20	<b>Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1 сорта</b>	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	
40	<b>Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной</b>	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-16	
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-898, Белки-29, Жиры-34, Углеводы-108	<b>163-77</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 375, Белки-47, Жиры-51, Углеводы-169	<b>260-69</b>

Генеральный директор



## Колледж 5-11 класс (2021) 1 комплекс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак</u></b>			
200	<b>Голубцы ленивые с отварным мясом собственного производства</b>	Калорийность-276, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-19	
200	<b>Фиточай.</b>	Калорийность-1	
10	<b>Сахар.</b>	Калорийность-40, Углеводы-10	
40	<b>Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1 сорта</b>	Калорийность-95, Белки-3, Углеводы-20	
150	<b>Апельсин</b>	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-12	
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-477, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-61	<b>103-92</b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Винегрет овощной (из очищенных овощей)</b>	Калорийность-139, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9	
250	<b>Суп с изделиями макаронными группы А на мясном бульоне (из очищенных овощей)</b>	Калорийность-192, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-15	
50/50	<b>Гуляш из мяса отварного (из очищенных овощей)</b>	Калорийность-161, Белки-15, Жиры-9, Углеводы-4	
180	<b>Рис отварной ..</b>	Калорийность-258, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	
200	<b>Кисель из концентрата промышленного производства (151201101)</b>	Калорийность-93, Углеводы-23	
20	<b>Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1 сорта</b>	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	
40	<b>Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной</b>	Калорийность-80, Белки-3, Углеводы-16	
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-970, Белки-31, Жиры-39, Углеводы-112	<b>194</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-1 446, Белки-49, Жиры-56, Углеводы-173	<b>297-92</b>

