

**(Школа 12-18 новое меню весна)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
205	<b>Каша пшеничная</b> <i>крупа пшено, масло сливочное, соль</i>	кКал-1 281, Бел-39, Жир-43, Угл-183
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай (кг.)</i>	кКал-58, Угл-15
15/15/5	<b>Бутерброд с сыром</b> <i>хлеб, сыр в ассортименте 1</i>	кКал-82, Бел-2, Жир-4, Угл-10
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-1 421, Бел-40, Жир-47, Угл-208
<b><u>Обед</u></b>		
300	<b>Свекольник</b> <i>лавровый лист, свекла, картофель, морковь, сметана, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль, укроп сушеный, сахар</i>	кКал-73, Бел-3, Жир-4, Угл-4
120	<b>Фрикадельки мясные паровые собственного производства</b> <i>мясо говядина, хлеб, мука в/с, томатная паста</i>	кКал-218, Бел-17, Жир-13, Угл-9
200	<b>Каша перловая рассыпчатая</b> <i>крупа перловая, масло сливочное, соль</i>	кКал-1 417, Бел-58, Жир-15, Угл-263
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	
200	<b>Сок</b>	кКал-50, Угл-11
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1 758, Бел-77, Жир-32, Угл-287
<b>Итого за день</b>		кКал-3 179, Бел-118, Жир-79, Угл-495

Технолог  
пищблока

Григорян С.С.

Директор  
школы

Воробьев В.А.

