

**(Школа 7-10 новое меню весна)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак I</u></b>		
200	<b>Макаронны отварные</b> <small>макаронные изделия в ассортименте, масло растительное</small>	кКал-86, Бел-2, Жир-8
200	<b>Компот из смеси сухофруктов (Вариант II)</b> <small>сухофрукты, сахар</small>	кКал-68, Жир-2, Угл-17
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	
60	<b>Булочка домашняя</b> <small>мука в/с, морковь, сахар, яйцо, масло растительное, дрожжи, соль</small>	кКал-307, Бел-9, Жир-7, Угл-51
70/40	<b>Печень по-строгановски</b> <small>печень говяжья, сметана, масло сливочное, мука в/с, соль</small>	кКал-175, Бел-14, Жир-10, Угл-7
<b>Итого за Завтрак I</b>		кКал-636, Бел-25, Жир-27, Угл-75
<b><u>Обед</u></b>		
250	<b>Суп с макаронными изделиями и картофелем</b> <small>картофель, кури, морковь, лук репчатый, макаронные изделия в ассортименте, масло сливочное, соль</small>	кКал-94, Бел-2, Жир-3, Угл-14
250	<b>Плов с мясом</b> <small>мясо говядина, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль</small>	кКал-312, Бел-17, Жир-15, Угл-26
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	
200	<b>Кисель из плодов или ягод</b> <small>кисель, сахар</small>	кКал-125, Угл-30
<b>Итого за Обед</b>		кКал-531, Бел-19, Жир-19, Угл-70
<b>Итого за день</b>		кКал-1 167, Бел-45, Жир-46, Угл-145

Технолог  
 пищеблока

Григорян С.С.



Воробьев В.А.