14.04.2023

(Школа 7-10 новое меню весна)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак 1	
200	**Рагу из овощей** *картофель, мясо говядина, капуста свежая, зеленый горошек, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, масло сливочное, чеснок, соль*	кКал-203, Бел-3, Жир-12, Угл-20
200	**Компот из смеси сухофруктов (Вариант II)** *сухофрукты, сахар*	кКал-68, Жир-2, Угл-17
15/15/5	**Бутерброд с сыром** *хлеб, сыр в ассортименте 1*	кКал-82, Бел-2, Жир-4, Угл-10
200	**Питьевая вода**	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29
	Итого за Завтрак 1	кКал-533, Бел-13, Жир-21, Угл-75
	Обед	
250	**Суп-лапша домашняя** *куры, мука в/с, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль, яйцо*	кКал-43, Жир-4, Угл-2
250	**Плов с мясом** *мясо говядина, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль*	кКал-312, Бел-17, Жир-15, Угл-26
60	**Хлеб пшеничный**	
200	**Кисель из плодов или ягод** *кисель, сахар*	кКал-125, Угл-30
	Итого за Обед	кКал-480, Бел-18, Жир-19, Угл-58
	Итого за день	кКал-1 014, Бел-31, Жир-41, Угл-133

Технолог пищеблока Григорян С.С.

Директор школы Воробьев В.А.

Подписано цифровой подписью: Воробьёв Владимир Анатольевич
DN: 1.2.643.3.131.1.1=120C383631343031383735313231, 1.2.643.100.3=120B303438333434303632353532, email=nnar_school@oktregion.ru, c=RU, st=Ханты-Мансийский автономный округ - Югра, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "НИЖНЕНАРЫКАРСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", givenName=Владимир Анатольевич, sn=Воробьёв, title=Директор, cn=Воробьёв Владимир Анатольевич
Дата: 2023.04.13 14:16:03 +05'00'