

(Школа 12-18 новое меню весна)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак 1</u>		
200	Рагу из овощей <small>картофель, мясо говядина, капуста свежая, зеленый горошек, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, масло сливочное, чеснок, соль</small>	кКал-203, Бел-3, Жир-12, Угл-20
60	Хлеб пшеничный	
Итого за Завтрак 1		кКал-203, Бел-3, Жир-12, Угл-20
<u>Обед</u>		
300	Рассольник ленинградский с крупой <small>картофель, огурцы консервированные, морковь, сметана, лук репчатый, крупа перловая, масло сливочное, соль</small>	кКал-142, Бел-3, Жир-5, Угл-21
200	Компот из клюквы <small>клюква с/м, сахар</small>	кКал-59, Угл-14
60	Хлеб пшеничный	
Итого за Обед		кКал-201, Бел-3, Жир-5, Угл-35
Итого за день		кКал-404, Бел-6, Жир-18, Угл-55

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

Директор
школы

Воробьев В.А.

