

(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>		
250	Плов из отварной птицы <i>куры, крупа рисовая, морковь, масло сливочное, лук репчатый, томатная паста, соль</i>	кКал-250, Бел-12, Жир-12, Угл-22
200	Компот из клюквы <i>клюква с/м, сахар</i>	кКал-59, Угл-14
60	Хлеб пшеничный	
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29
Итого за Завтрак 1		кКал-488, Бел-21, Жир-16, Угл-65
<u>Обед</u>		
100	Огурцы консервированные	кКал-22, Бел-1, Угл-3
60	Булочка домашняя <i>мука в/с, морковь, сахар, яйцо, масло растительное, дрожжи, соль</i>	кКал-307, Бел-9, Жир-7, Угл-51
Итого за Обед		кКал-329, Бел-10, Жир-8, Угл-54
Итого за день		кКал-817, Бел-31, Жир-23, Угл-119

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

Директор
школы

Воробьев В.А.

