

(Школа 7-10 новое меню весна)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак 1

100	Салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом <i>салат свежий, огурцы, помидоры, масло соевое, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>	кКал-141, Бел-1, Жир-14, Угл-2
200	Картофельное пюре <i>картофель, молоко, масло сливочное, соль</i>	кКал-88, Бел-2, Жир-2, Угл-14
70	Сельдь с луком <i>сельдь, лук репчатый, заправка для салатов</i>	кКал-45, Бел-3, Жир-3, Угл-1
40	Хлеб пшеничный	
200	Чай с молоком <i>молоко, сахар, чай (кг.)</i>	

Итого за Завтрак 1 кКал-274, Бел-6, Жир-20, Угл-18**Итого за день** кКал-274, Бел-6, Жир-20, Угл-18Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

Директор
школы

Попова Г.С.

