

(Школа 7-10 новое меню весна)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак 1		
205	Каша пшенинная жидкая молочная <i>молоко, крупа пшено, сахар, масло сливочное, соль</i>	кКал-1 281, Бел-39, Жир-43, Угл-183
200	Чай с молоком <i>молоко, сахар, чай (кг.)</i>	
60/30	Бутерброд с сыром <i>хлеб, сыр в ассортименте 1</i>	кКал-226, Бел-7, Жир-14, Угл-17
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29
Итого за Завтрак 1		кКал-1 687, Бел-54, Жир-60, Угл-229
Обед		
250	Суп с макаронными изделиями и картофелем <i>картофель, куры, морковь, лук репчатый, макаронные изделия в ассортименте, масло сливочное, соль</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-3, Угл-14
150	Рис отварной <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>	кКал-107, Бел-2, Жир-3, Угл-15
80	Печень по-строгановски <i>печень говяжья, сметана, масло сливочное, мука в/с, соль</i>	кКал-127, Бел-10, Жир-7, Угл-5
60	Хлеб пшеничный	
200	Компот из свежих плодов или ягод (клюква) <i>клюква с/м, сахар</i>	кКал-37, Угл-9
Итого за Обед		кКал-365, Бел-14, Жир-14, Угл-43
Итого за день		кКал-2 052, Бел-68, Жир-74, Угл-272

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

Директор
школы

Попова Г.С.

