

**(Школа 7-10 новое меню весна)**

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

**Завтрак 1**

110	<b>Рыба жареная соусом</b> <i>горбуша с/м, мука в/с, масло растительное</i>	кКал-320, Бел-29, Жир-7, Угл-6
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель, молоко, масло сливочное, соль</i>	кКал-66, Бел-2, Жир-2, Угл-11
200	<b>Чай с молоком</b> <i>молоко, сахар, чай (кг.)</i>	
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	
200	<b>Питьевая вода</b>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29

**Итого за Завтрак 1** кКал-565, Бел-39, Жир-12, Угл-45**Обед**

100	<b>Огурец</b>	кКал-11, Бел-1
250	<b>Суп с макаронными изделиями и картофелем</b> <i>картофель, куры, морковь, лук репчатый, макаронные изделия в ассортименте, масло сливочное, соль</i>	кКал-94, Бел-2, Жир-3, Угл-14
150	<b>Рис отварной</b> <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>	кКал-107, Бел-2, Жир-3, Угл-15
80	<b>Печень по-строгановски</b> <i>печень говяжья, сметана, масло сливочное, мука в/с, соль</i>	кКал-127, Бел-10, Жир-7, Угл-5
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	
200	<b>Компот из плодов или ягод сушеных (Чернослив с изюмом)</b> <i>сахар, чернослив, изюм</i>	кКал-37, Угл-9

**Итого за Обед** кКал-376, Бел-14, Жир-14, Угл-43**Итого за день** кКал-941, Бел-53, Жир-26, Угл-88Технолог  
пищеблока

Григорян С.С.

Директор  
школы

Попова Г.С.

