

(Школа 7-10 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 <i>картофель, мясо говядина, капуста свежая, зеленый горошек, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, масло сливочное, чеснок, соль</i>	кКал-203, Бел-3, Жир-12, Угл-20
200	Компот из клюквы <i>клюква с/м, сахар</i>	кКал-59, Угл-14
15/15/5	Бутерброд с сыром <i>хлеб, сыр в ассортименте 1</i>	кКал-82, Бел-2, Жир-4, Угл-10
Итого за Завтрак 1		кКал-344, Бел-5, Жир-16, Угл-44
Итого за день		кКал-344, Бел-5, Жир-16, Угл-44

Технолог
пищеблока


Григорян С.С.

Директор
школы

МБОУ "Ниженарыкарская СОШ"
Попова Г.С.