

**(Школа 7-10 новое меню весна)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
210	<b>Плов из отварной птицы</b> <i>куры, крупа рисовая, морковь, масло сливочное, лук репчатый, томатная паста, соль</i>	кКал-210, Бел-10, Жир-10, Угл-19
200	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар, лимоны, чай (кг.)</i>	кКал-34, Угл-8
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	
60	<b>Огурцы консервированные</b>	кКал-13, Бел-1, Угл-2
200	<b>Питьевая вода</b>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-437, Бел-19, Жир-14, Угл-57
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Булочка домашняя</b> <i>мука в/с, морковь, сахар, яйцо, масло растительное, дрожжи, соль</i>	кКал-307, Бел-9, Жир-7, Угл-51
50	<b>Колбасные изделия запеченные в тесте</b> <i>сосиски, мука в/с, яйцо, сахар, дрожжи, масло сливочное, соль</i>	кКал-168, Бел-7, Жир-3, Угл-27
200	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар, лимоны, чай (кг.)</i>	кКал-34, Угл-8
<b>Итого за Обед</b>		кКал-510, Бел-16, Жир-11, Угл-87
<b>Итого за день</b>		кКал-946, Бел-35, Жир-24, Угл-144

Технолог  
пищеблока

Григорян С.С.

Директор  
школы

Попова Г.С.

