

**(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>		
60	<b>Огурцы консервированные</b>	кКал-13, Бел-1, Угл-2
300	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> <i>капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, сметана, масло сливочное, соль</i>	кКал-82, Бел-2, Жир-4, Угл-9
250	<b>Плов с мясом</b> <i>мясо говядина, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль</i>	кКал-312, Бел-17, Жир-15, Угл-26
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай (кг.)</i>	кКал-58, Угл-15
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	
200	<b>Питьевая вода</b>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29
<b>Итого за завтрак 1</b>		кКал-644, Бел-28, Жир-23, Угл-80
<b>Итого за день</b>		кКал-644, Бел-28, Жир-23, Угл-80

Технолог  
пищеблока

Григорян С.С.

