

(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	Запеканка рисовая с творогом <small>крупа рисовая, творог ппк, молоко сгущенное, сахар, яйцо, масло сливочное, сметана, соль</small>	кКал-131, Бел-3, Жир-3, Угл-22
200	Чай с сахаром <small>сахар, чай (кг.)</small>	кКал-58, Угл-15
15/20/5	Бутерброд с джемом <small>джем в ассортименте, хлеб, масло сливочное</small>	кКал-141, Бел-2, Жир-8, Угл-15
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29
Итого за Завтрак 1		кКал-510, Бел-13, Жир-14, Угл-80
<u>Обед</u>		
200	Суп картофельный с горохом <small>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль</small>	кКал-98, Бел-3, Жир-2, Угл-17
100	Фрикадельки мясные паровые собственного производства <small>мясо говядина, хлеб, мука в/с, томатная паста</small>	кКал-182, Бел-14, Жир-10, Угл-7
150	Каша перловая рассыпчатая <small>крупа перловая, масло сливочное, соль</small>	кКал-1 063, Бел-43, Жир-11, Угл-197
60	Хлеб пшеничный	
250	Компот из плодов консервированных <small>компот конс. в ассорт, сахар 1</small>	кКал-154, Бел-1, Угл-36
Итого за Обед		кКал-1 497, Бел-61, Жир-24, Угл-258
Итого за день		кКал-2 006, Бел-74, Жир-38, Угл-338

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

Директор
школы

Попова Г.С.