

**(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>		
200	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель, молоко, масло сливочное, соль</i>	кКал-88, Бел-2, Жир-2, Угл-14
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай (кг.)</i>	кКал-58, Угл-15
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	
75	<b>Рыба жареная соусом</b> <i>горбуша с/м, мука в/с, масло растительное</i>	кКал-218, Бел-20, Жир-5, Угл-4
200	<b>Питьевая вода</b>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-543, Бел-30, Жир-11, Угл-62
<b><u>Обед</u></b>		
80	<b>Салат картофельный с огурцами с маслом растительным</b> <i>картофель, заправка для салатов, огурцы консервированные, морковь, лук репчатый, соль</i>	кКал-19, Бел-1, Угл-2
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
100	<b>Фрикадельки мясные паровые собственного производства</b> <i>мясо говядина, хлеб, мука в/с, томатная паста</i>	кКал-182, Бел-14, Жир-10, Угл-7
150	<b>Каша перловая рассыпчатая</b> <i>крупа перловая, масло сливочное, соль</i>	кКал-1 063, Бел-43, Жир-11, Угл-197
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	
200	<b>Сок</b>	кКал-50, Угл-11
<b>Итого за Обед</b>		кКал-1 407, Бел-61, Жир-26, Угл-231
<b>Итого за день</b>		кКал-1 950, Бел-91, Жир-36, Угл-293

Технолог  
пищеблока

Григорян С.С.

Директор  
школы

Попова Г.С.

