

(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>		
210	Плов из отварной птицы <i>куры, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль</i>	кКал-210, Бел-10, Жир-10, Угл-19
200	Компот из кураги с черносливом <i>чернослив, курага, сахар</i>	кКал-77, Угл-17
60	Хлеб пшеничный	
60	Огурцы консервированные	кКал-13, Бел-1, Угл-2
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29
Итого за Завтрак 1		кКал-479, Бел-20, Жир-14, Угл-66
Итого за день		кКал-479, Бел-20, Жир-14, Угл-66

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

Директор
школы

Попова Г.С.

