

МЕНЮ ,,,, (Школа 7-10 новое меню)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак 1</u>		
200	Запеканка рисовая с творогом <i>крупа рисовая, творог ппк, молоко сгущенное, сахар, яйцо, масло сливочное, сметана, соль</i>	кКал-131, Бел-3, Жир-3, Угл-22
60/30	Бутерброд с сыром <i>хлеб, сыр в ассортименте 1</i>	кКал-226, Бел-7, Жир-14, Угл-17
200	Чай с молоком <i>молоко, сахар, чай (кг.)</i>	
Итого за Завтрак 1		кКал-356, Бел-10, Жир-17, Угл-39
<u>Обед</u>		
80	Салат из капусты белокачанной с морковью <i>капуста свежая, масло растительное, морковь, соль, кислота лимонная</i>	кКал-108, Бел-1, Жир-8, Угл-7
250	Свекольник <i>лауровый лист, свекла, картофель, морковь, сметана, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль, укроп сушеный, сахар</i>	кКал-61, Бел-2, Жир-3, Угл-4
100	Фрикадельки мясные паровые собственного производства <i>мясо говядина, хлеб, мука в/с, томатная паста</i>	кКал-182, Бел-14, Жир-10, Угл-7
100	Каша перловая рассыпчатая <i>крупа перловая, масло сливочное, соль</i>	кКал-708, Бел-29, Жир-8, Угл-131
60	Хлеб пшеничный	
200	Сок	кКал-50, Угл-11
Итого за Обед		кКал-1409, Бел-46, Жир-30, Угл-161
Итого за день		кКал-1465, Бел-56, Жир-47, Угл-200

Технолог
пищеблока

Григорян С.С.

Директор
школы

Попова Г.С.