

(Школа 7-10 новое меню весна)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>Завтрак 1</u> | | | |
| 110 | Рыба жареная соусом <i>горбуша с/м, мука в/с, масло растительное</i> | кКал-320, Бел-29, Жир-7, Угл-6 | 74-50 |
| 150 | Картофельное пюре <i>картофель, молоко, масло сливочное, соль</i> | кКал-66, Бел-2, Жир-2, Угл-11 | 20-90 |
| 200 | Чай с молоком <i>молоко, сахар, чай (кз.)</i> | | 9-30 |
| 40 | Хлеб пшеничный | | 4-41 |
| 200 | Яблоки | кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20 | = |
| 200 | Питьевая вода | кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29 | 4-00 |
| <u>Обед</u> | | | |
| 80 | Салат из квашеной капусты <i>капуста квашеная, лук зеленый, масло растительное, сахар</i> | кКал-52, Бел-1, Жир-3, Угл-4 | 0-70 |
| 250 | Суп с макаронными изделиями и картофелем <i>картофель, курь, морковь, лук репчатый, макаронные изделия в ассортименте, масло сливочное, соль</i> | кКал-94, Бел-2, Жир-3, Угл-14 | 21-56 |
| 150 | Рис отварной <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i> | кКал-107, Бел-2, Жир-3, Угл-15 | 9-73 |
| 80 | Печень говяжья по-строгановски <i>печень говяжья, сметана, масло сливочное, мука в/с, соль</i> | кКал-127, Бел-10, Жир-7, Угл-5 | 45-31 |
| 60 | Хлеб пшеничный | | 6-62 |
| 200 | Компот из свежих плодов или ягод (Клюква) <i>клюква</i> | кКал-37, Угл-9 | 13-09 |

Директор
школы

Иванова Г.С.

Кладовщик

Григорян С.С.

