

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Рацион
<b><u>Завтрак 1</u></b>			
205	<b>Каша манная жидкая молочная</b> <i>молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное, соль</i>	кКал-222, Бел-6, Жир-8, Угл-32	Школа 7-10 новое меню весна
250	<b>Каша манная жидкая молочная</b> <i>молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное, соль</i>	кКал-271, Бел-8, Жир-9, Угл-39	Школа 12-18 новое меню весна
50	<b>Хлеб пшеничный</b>		Школа 7-10 новое меню весна
60	<b>Хлеб пшеничный</b>		Школа 12-18 новое меню весна
200	<b>Какао с молоком</b> <i>молоко, сахар, какао-порошок</i>	кКал-140, Бел-3, Жир-3, Угл-25	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
40	<b>Яйца вареные</b>	кКал-63, Бел-5, Жир-5	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
200	<b>Апельсин</b>	кКал-86, Бел-2, Угл-16	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
200	<b>Питьевая вода</b>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-962, Бел-32, Жир-28, Угл-141	
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Салат из свежих огурцов</b> <i>огурцы свежие, масло растительное, соль</i>	кКал-121, Бел-1, Жир-12, Угл-2	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
250	<b>Борщ с капустой и картофелем</b> <i>свекла, картофель, капуста, мясо говядина, морковь, сметана, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	кКал-55, Бел-1, Жир-1, Угл-10	Школа 7-10 новое меню весна
300	<b>Борщ с капустой и картофелем</b> <i>свекла, картофель, капуста, мясо говядина, морковь, сметана, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	кКал-66, Бел-2, Жир-1, Угл-12	Школа 12-18 новое меню весна
150	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель, молоко, масло сливочное, соль</i>	кКал-66, Бел-2, Жир-2, Угл-11	Школа 7-10 новое меню весна
200	<b>Картофельное пюре</b> <i>картофель, молоко, масло сливочное, соль</i>	кКал-88, Бел-2, Жир-2, Угл-14	Школа 12-18 новое меню весна
100	<b>Рыба (филе), тушеная в томате с овощами</b> <i>минтай с/м, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, сахар, соль</i>	кКал-132, Бел-9, Жир-5, Угл-4	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
60	<b>Хлеб пшеничный</b>		Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
200	<b>Компот из плодов или ягод сушеных (курага)</b> <i>курага, сахар</i>	кКал-32, Угл-8	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
<b>Итого за Обед</b>		кКал-557, Бел-17, Жир-24, Угл-60	
<b>Итого за день</b>		кКал-1 519, Бел-49, Жир-52, Угл-201	

Кладовщик Григорян С.С.

Руководитель

Иванова Г.С.