

**(Школа 12-18 новое меню весна)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Рацион
<b><u>Завтрак 1</u></b>			
	<b>Овощи</b>		
50	<b>натуральные(помидоры свежие)</b>	кКал-24, Бел-1, Угл-4	Школа 12-18 новое меню весна
200	<b>Макаронны, запеченные с сыром</b> <small>соль, макаронные изделия в ассортименте, сыр в ассортименте 1, масло сливочное</small>	кКал-371, Бел-12, Жир-17, Угл-38	Школа 12-18 новое меню весна
200	<b>Компот из свежих плодов или ягод (клюква)</b> <small>клюква с/м, сахар</small>	кКал-37, Угл-9	Школа 12-18 новое меню весна
50	<b>Хлеб пшеничный</b>		Школа 12-18 новое меню весна
200	<b>Питьевая вода</b>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	Школа 12-18 новое меню весна
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-612, Бел-21, Жир-21, Угл-79	
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Винегрет овощной</b> <small>огурцы консервированные, картофель, свекла, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</small>	кКал-129, Бел-2, Жир-10, Угл-7	Школа 12-18 новое меню весна
300	<b>Свекольник</b> <small>свекла, картофель, морковь, сметана, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль, укроп сушеный, лавровый лист, сахар</small>	кКал-73, Бел-3, Жир-4, Угл-4	Школа 12-18 новое меню весна
100	<b>Кнели говяжьи с рисом</b> <small>мясо говядина, молоко, масло сливочное, крупа рисовая, яйцо</small>	кКал-218, Бел-11, Жир-18, Угл-3	Школа 12-18 новое меню весна
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль</small>	кКал-259, Бел-8, Жир-8, Угл-37	Школа 12-18 новое меню весна
200	<b>Сок фруктовый</b>	кКал-50, Угл-11	Школа 12-18 новое меню весна
60	<b>Хлеб пшеничный</b>		Школа 12-18 новое меню весна
<b>Итого за Обед</b>		кКал-729, Бел-23, Жир-40, Угл-63	
<b>Итого за день</b>		кКал-1340, Бел-45, Жир-61, Угл-142	

Кладовщик  Григорян С.С.Руководитель  Иванова Г.С.