

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Рацион
<u>Завтрак 1</u>			
200	Картофельное пюре <i>картофель, молоко, масло сливочное, соль</i>	кКал-88, Бел-2, Жир-2, Угл-14	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
75	Рыба жареная соусом <i>горбуша с/м, мука в/с, масло растительное</i>	кКал-218, Бел-20, Жир-5, Угл-4	Школа 7-10 новое меню весна
75	Рыба жареная соусом <i>горбуша с/м, мука в/с, масло растительное</i>	кКал-218, Бел-20, Жир-5, Угл-4	Школа 12-18 новое меню весна
40	Хлеб пшеничный		Школа 7-10 новое меню весна
50	Хлеб пшеничный		Школа 12-18 новое меню весна
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай (кг.)</i>	кКал-58, Угл-15	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
Итого за Завтрак 1		кКал-581, Бел-42, Жир-13, Угл-37	

Обед

250	Суп картофельный с горохом <i>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль</i>	кКал-123, Бел-4, Жир-2, Угл-22	Школа 7-10 новое меню весна
300	Суп картофельный с горохом <i>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль</i>	кКал-148, Бел-4, Жир-3, Угл-26	Школа 12-18 новое меню весна
120	Биштекс паровой <i>мясо говядина, молоко, хлеб, масло сливочное, мука в/с, томатная паста, соль</i>	кКал-204, Бел-12, Жир-13, Угл-9	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
150	Рис отварной <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>	кКал-107, Бел-2, Жир-3, Угл-15	Школа 7-10 новое меню весна
150	Рис отварной <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>	кКал-107, Бел-2, Жир-3, Угл-15	Школа 12-18 новое меню весна
200	Компот из смеси сухофруктов (Вариант II) <i>сухофрукты, сахар</i>	кКал-68, Жир-2, Угл-17	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
60	Хлеб пшеничный		Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
Итого за Обед		кКал-757, Бел-24, Жир-27, Угл-103	
Итого за день		кКал-1338, Бел-66, Жир-39, Угл-140	

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