

МЕНЮ ,,,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Рацион
<u>Завтрак 1</u>			
55	Сосиски отварные	кКал-124, Бел-6, Жир-11	Школа 7-10 новое меню, Школа 12-18 новое меню
150	Капуста тушеная. <i>капуста свежая, мясо говядина, морковь, томатная паста, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, мука в/с, соль, сахар</i>	кКал-54, Бел-1, Жир-3, Угл-4	Школа 7-10 новое меню
250	Капуста тушеная. <i>капуста свежая, мясо говядина, морковь, томатная паста, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, мука в/с, соль, сахар</i>	кКал-91, Бел-2, Жир-5, Угл-6	Школа 12-18 новое меню
200	Кофейный напиток на сгущенном молоке <i>молоко сгущенное, сахар, кофейный напиток 1</i>	кКал-70, Бел-2, Жир-2, Угл-10	Школа 7-10 новое меню, Школа 12-18 новое меню
40	Хлеб пшеничный		Школа 7-10 новое меню
50	Хлеб пшеничный		Школа 12-18 новое меню
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	Школа 7-10 новое меню, Школа 12-18 новое меню
Итого за Завтрак 1		кКал-520, Бел-19, Жир-24, Угл-49	
<u>Обед</u>			
100	Винегрет овощной <i>огурцы консервированные, картофель, свекла, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	кКал-129, Бел-2, Жир-10, Угл-7	Школа 7-10 новое меню, Школа 12-18 новое меню
250	Суп картофельный <i>картофель, фасоль, мясо говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	кКал-17, Бел-1, Жир-1, Угл-1	Школа 7-10 новое меню
300	Суп картофельный <i>картофель, фасоль, мясо говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	кКал-20, Бел-1, Жир-1, Угл-2	Школа 12-18 новое меню
200	Голубцы ленивые <i>капуста свежая, мясо говядина, соус томатный, лук репчатый, крупа рисовая, масло сливочное</i>	кКал-244, Бел-7, Жир-9, Угл-32	Школа 7-10 новое меню
250	Голубцы ленивые <i>капуста свежая, мясо говядина, соус томатный, лук репчатый, крупа рисовая, масло сливочное</i>	кКал-305, Бел-9, Жир-12, Угл-40	Школа 12-18 новое меню
60	Хлеб пшеничный		Школа 7-10 новое меню, Школа 12-18 новое меню
200	Компот из смеси сухофруктов (Вариант II) <i>сухофрукты, сахар</i>	кКал-68, Жир-2, Угл-17	Школа 7-10 новое меню, Школа 12-18 новое меню
Итого за Обед		кКал-782, Бел-19, Жир-35, Угл-98	
Итого за день		кКал-1302, Бел-38, Жир-59, Угл-147	

Кладовщик Григорян С.С.Рисоводитель Иванова Г.С.