

МЕНЮ ,,," (Школа 7-10 новое меню)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
200	Запеканка рисовая с творогом <small>крупа рисовая, творог г/мк, молоко сгущенное, сахар, яйцо, масло сливочное, сметана, соль</small>	кКал-131, Бел-3, Жир-3, Угл-22	46-16
15/15	Бутерброд с маслом <small>масло сливочное, хлеб</small>	кКал-82, Бел-2, Жир-4, Угл-10	12-91
200	Чай с молоком <small>молоко, сахар, чай (кз.)</small>		10-63
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 капусты белокочанной с морковью <small>капуста свежая, морковь, масло растительное, кислота лимонная, соль</small>	кКал-108, Бел-1, Жир-8, Угл-7	9-13
250	Свекольник <small>свекла, картофель, морковь, сметана, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль, сахар</small>	кКал-61, Бел-2, Жир-3, Угл-4	19-05
100	Фрикадельки из говядины паровые <small>мясо говядина, хлеб, мука в/с, томатная паста</small>	кКал-182, Бел-14, Жир-10, Угл-7	58-27
150	Каша пшеничная <small>крупа пшеница, масло сливочное, соль</small>	кКал-938, Бел-28, Жир-32, Угл-134	5-64
60	Хлеб пшеничный		6-64
200	Сок фруктовый	кКал-50, Угл-11	20-00

Директор
школы

Иванова Г.С.

Кладовщик

Григорян С.С.