

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>			
100	Картофельное пюре <small>картофель, молоко, масло сливочное, соль</small>	кКал-44, Бел-1, Жир-1, Угл-7	13-96
110	Рыба жареная соусом <small>горбуша с/м, мука в/с, масло растительное</small>	кКал-320, Бел-29, Жир-7, Угл-6	76-34
40	Хлеб пшеничный		4-43
200	Чай с молоком <small>молоко, сахар, чай (кг)</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>			
Овощи			
100	натуральные(помидоры свежие)	кКал-48, Бел-2, Угл-8	14-16
250	Борщ с капустой и картофелем <small>свекла, картофель, капуста свежая, мясо говядина, морковь, сметана, лук репчатый, масло растительное, соль</small>	кКал-55, Бел-1, Жир-1, Угл-10	26-88
110	Рулет из говядины паровой с соусом <small>мясо говядина, хлеб, яйцо, масло сливочное, томатная паста, мука в/с, соль</small>	кКал-131, Бел-18, Жир-6, Угл-7	56-38
100	Макароны отварные с овощами <small>макаронные изделия в ассортименте, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста</small>	кКал-43, Бел-1, Жир-4	9-10
60	Хлеб пшеничный		6-64
200	Компот из смеси сухофруктов (Вариант II) <small>сухофрукты, сахар</small>	кКал-68, Жир-2, Угл-17	7-72

Директор
школы

Иванова Г.С.

Кладовщик

Григорян С.С.