



МЕНЮ ,,,,

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Рацион
<u>Завтрак 1</u>			
120	Каша гречневая рассыпчатая, <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	кКал-249, Бел-8, Жир-15, Угл-21	Школа 7-10 новое меню
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	кКал-259, Бел-8, Жир-8, Угл-37	Школа 12-18 новое меню
80	Печень говяжья по-строгановски <i>печень говяжья, сметана, масло сливочное, мука в/с, соль</i>	кКал-127, Бел-10, Жир-7, Угл-5	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	Кофейный напиток с молоком <i>молоко, сахар, кофейный напиток I</i>	кКал-70, Бел-2, Жир-2, Угл-10	Школа 7-10 новое меню, 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-885, Бел-37, Жир-35, Угл-102	
<u>Обед</u>			
250	Суп-лапша домашняя <i>куры, мука в/с, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль, яйцо</i>	кКал-43, Жир-4, Угл-2	Школа 7-10 новое меню
300	Суп-лапша домашняя <i>куры, мука в/с, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль, яйцо</i>	кКал-52, Жир-5, Угл-2	Школа 12-18 новое меню
250	Плов с мясом <i>мясо говядина, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль</i>	кКал-312, Бел-17, Жир-15, Угл-26	Школа 7-10 новое меню, Школа 12-18 новое меню
250	Плов с мясом <i>мясо говядина, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль</i>	кКал-312, Бел-17, Жир-15, Угл-26	Школа 7-10 новое меню
60	Хлеб пшеничный		Школа 7-10 новое меню, Школа 12-18 новое меню
200	Кисель из плодов или ягод <i>кисель, сахар</i>	кКал-125, Угл-30	Школа 7-10 новое меню, Школа 12-18 новое меню
Итого за Обед		кКал-844, Бел-36, Жир-39, Угл-86	
Итого за день		кКал-1 728, Бел-72, Жир-75, Угл-188	
Кладовщик	 Григорян С.С.	Руководитель	 Иванова Г.С.

