

**(Школа 7-10 новое меню весна)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b><u>Завтрак 1</u></b>			
80	<b>Салат из свежих помидоров</b> <i>помидоры свежие, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	кКал-16, Бел-1, Угл-3	<b>7-54</b>
55	<b>Сосиски отварные</b>	кКал-124, Бел-6, Жир-11	<b>32-29</b>
200	<b>Капуста тушеная.</b> <i>капуста свежая, мясо говядины, морковь, томатная паста, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, мука в/с, соль, сахар</i>	кКал-73, Бел-2, Жир-4, Угл-5	<b>106-47</b>
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>молоко, сахар, кофейный напиток 1</i>	кКал-70, Бел-2, Жир-2, Угл-10	<b>10-73</b>
40	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>4-41</b>
200	<b>Питьевая вода</b>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	<b>4-00</b>
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Овощи натуральные (огурцы свежие)</b>	кКал-28, Бел-2, Угл-5	<b>13-69</b>
250	<b>Рассольник ленинградский с крупой</b> <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, сметана, лук репчатый, крупа перловая, масло сливочное, соль</i>	кКал-119, Бел-2, Жир-4, Угл-17	<b>20-72</b>
80	<b>Гуляш из говядины</b> <i>мясо говядины, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, мука в/с, соль</i>	кКал-91, Бел-11, Жир-5, Угл-2	<b>60-23</b>
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	кКал-175, Бел-6, Жир-1, Угл-36	<b>9-44</b>
60	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>6-62</b>
200	<b>Компот из плодов или ягод сушеных (Чернослив с изюмом)</b> <i>сахар, чернослив, изюм</i>	кКал-37, Угл-9	<b>13-53</b>
100	<b>Груша</b>	кКал-57, Бел-1, Угл-11	<b>=</b>

Директор школы  
Иванова Г.С.

Кладовщик  
Григорян С.С.