

**(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>			
100	<b>Овощи натуральные (огурцы свежие)</b>	кКал-28, Бел-2, Угл-5	13-69
200	<b>Макароны, запеченные с сыром</b> <small>макаронные изделия в ассортименте, сыр в ассортименте 1, масло сливочное, соль</small>	кКал-371, Бел-12, Жир-17, Угл-38	35-32
200	<b>Компот из свежих плодов или ягод (клюква)</b> <small>клюква с/м, сахар</small>	кКал-37, Угл-9	13-09
40	<b>Хлеб пшеничный</b>		4-41
200	<b>Яблоки</b>	кКал-94, Бел-1, Жир-1, Угл-20	=
200	<b>Питьевая вода</b>	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	4-00
<b><u>Обед</u></b>			
100	<b>Винегрет овощной</b> <small>огурцы консервированные, картофель, свекла, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</small>	кКал-129, Бел-2, Жир-10, Угл-7	15-24
250	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> <small>картофель, капуста свежая, лук репчатый, морковь, сметана, масло сливочное, соль</small>	кКал-68, Бел-2, Жир-3, Угл-8	13-71
100	<b>Кнели говяжьи с рисом</b> <small>мясо говядина, молоко, масло сливочное, крупа рисовая, яйцо</small>	кКал-218, Бел-11, Жир-18, Угл-3	96-57
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> <small>крупа гречневая, масло сливочное, соль</small>	кКал-259, Бел-8, Жир-8, Угл-37	15-57
200	<b>Сок фруктовый</b>	кКал-50, Угл-11	20-04
60	<b>Хлеб пшеничный</b>		6-62

Директор  
школы

Кладовщик

Григорян С.С.

