

(Школа 7-10 новое меню весна)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1</u>			
205	Каша манная жидкая молочная <small>молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное, соль</small>	кКал-222, Бел-6, Жир-8, Угл-32	17-28
50	Хлеб пшеничный		5-52
200	Какао с молоком <small>молоко, сахар, какао-порошок</small>	кКал-140, Бел-3, Жир-3, Угл-25	14-94
40	Яйца вареные	кКал-63, Бел-5, Жир-5	10-00
200	Апельсин	кКал-86, Бел-2, Угл-16	=
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	4-00
<u>Обед</u>			
100	Салат из свежих огурцов <small>огурцы свежие, масло растительное, соль</small>	кКал-121, Бел-1, Жир-12, Угл-2	13-15
250	Борщ с капустой и картофелем <small>свекла, картофель, капуста, мясо говядина, морковь, сметана, лук репчатый, масло растительное, соль</small>	кКал-55, Бел-1, Жир-1, Угл-10	24-90
150	Картофельное пюре <small>картофель, молоко, масло сливочное, соль</small>	кКал-66, Бел-2, Жир-2, Угл-11	20-90
100	Рыба (филе), тушеная в томате с овощами <small>минтай с/м, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, сахар, соль</small>	кКал-132, Бел-9, Жир-5, Угл-4	17-02
60	Хлеб пшеничный		6-62
200	Компот из плодов или ягод сушеных (кураги)	кКал-32, Угл-8	16-24

Директор
Школа

Кладовщик

Григорян С.С.