

**(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>			
200	<b>Плов из отварной птицы</b> <i>куры, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, соль</i>	кКал-200, Бел-10, Жир-10, Угл-18	<b>59-23</b>
200	<b>Чай с лимоном</b> <i>сахар, лимоны, чай (кг.)</i>	кКал-34, Угл-8	<b>3-27</b>
60	<b>Огурцы консервированные</b>	кКал-13, Бел-1, Угл-2	<b>18-11</b>
60	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>6-62</b>
100	<b>Мандарин</b>	кКал-38, Бел-1, Угл-8	<b>=</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>Салат из капусты с помидорами и огурцами</b> <i>огурцы свежие, помидоры свежие, капуста свежая, масло растительное, кислота лимонная, соль</i>	кКал-135, Бел-1, Жир-10, Угл-9	<b>6 439-23</b>
250	<b>Суп картофельный</b> <i>картофель, фасоль, мясо говядина, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	кКал-17, Бел-1, Жир-1, Угл-1	<b>25-32</b>
200	<b>Запеканка картофельная с мясом</b> <i>картофель, мясо говядина, лук репчатый, масло сливочное, яйцо, соль</i>	кКал-401, Бел-18, Жир-19, Угл-39	<b>95-06</b>
60	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>6-62</b>
200	<b>Компот из свежих плодов или ягод (яблока)</b> <i>яблока с сахаром</i>	кКал-37, Угл-9	<b>13-09</b>

Директор  
школы

Кладовщик

Григорян С.С.