



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Рацион
<u>Завтрак I</u>			
200	Рагу из овощей <i>картофель, мясо говядина, капуста свежая, зеленый горошек, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, масло сливочное, чеснок, соль</i>	кКал-203, Бел-3, Жир-12, Угл-20	Школа 7-10 новое меню весна
250	Рагу из овощей <i>картофель, мясо говядина, капуста свежая, зеленый горошек, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, масло сливочное, чеснок, соль</i>	кКал-254, Бел-4, Жир-15, Угл-25	Школа 12-18 новое меню весна
200	Компот из смеси сухофруктов (Вариант II) <i>сухофрукты, сахар</i>	кКал-68, Жир-2, Угл-17	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
15/15/5	Бутерброд с сыром <i>хлеб, сыр в ассортименте I</i>	кКал-82, Бел-2, Жир-4, Угл-10	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
100	Груша	кКал-57, Бел-1, Угл-11	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
Итого за Завтрак I		кКал-844, Бел-18, Жир-37, Угл-111	
<u>Обед</u>			
80	Салат из свеклы с чесноком <i>свекла, чеснок, масло растительное</i>	кКал-68, Бел-3, Жир-4, Угл-6	Школа 7-10 новое меню весна
100	Салат из свеклы с чесноком <i>свекла, чеснок, масло растительное</i>	кКал-85, Бел-3, Жир-4, Угл-8	Школа 12-18 новое меню весна
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 весна
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 весна
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 весна, Школа 12-18 новое меню весна
60	Хлеб пшеничный		Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
200	Кисель из плодов или ягод <i>кисель, сахар</i>	кКал-125, Угл-30	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
Итого за Обед		кКал-684, Бел-24, Жир-32, Угл-74	
Итого за день		кКал-1 528, Бел-42, Жир-69, Угл-185	
Кладовщик	 Григорян С.С.	Руководитель	 Иванова Г.С.

