

(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>			
50	Горох консервированный	кКал-20, Бел-2, Угл-3	13-73
200	Картофельное пюре <i>картофель, молоко, масло сливочное, соль</i>	кКал-88, Бел-2, Жир-2, Угл-14	27-86
70	Сельдь с луком <i>сельдь м/с, лук репчатый, масло растительное, сахар, кислота лимонная, соль</i>	кКал-45, Бел-3, Жир-3, Угл-1	1-55
40	Хлеб пшеничный		4-41
200	Чай с молоком <i>молоко, сахар, чай (кз.)</i>		9-31
100	Яблоки	кКал-47, Угл-10	=
200	Питьевая вода	кКал-180, Бел-8, Жир-3, Угл-29	4-00
<u>Обед</u>			
Овощи			
100	натуральные(помидоры свежие)	кКал-48, Бел-2, Угл-8	14-83
250	Суп картофельный с горохом <i>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль</i>	кКал-123, Бел-4, Жир-2, Угл-22	8-54
120	Бифштекс паровой <i>мясо говядина, молоко, хлеб, масло сливочное, мука в/с, томатная паста, соль</i>	кКал-204, Бел-12, Жир-13, Угл-9	75-38
100	Рис отварной <i>крупа рисовая, масло сливочное, соль</i>	кКал-72, Бел-1, Жир-2, Угл-10	6-48
200	Компот из плодов консервированных <i>компот кофейный</i>	кКал-123, Угл-29	1-31
60	Хлеб пшеничный		6-62

Директор

школы



Кладовщик

Григорян С.С.