

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Рацион
<u>Завтрак 1</u>			
80	Салат из свежих помидоров <i>помидоры свежие, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	кКал-16, Бел-1, Угл-3	Школа 7-10 новое меню весна
100	Салат из свежих помидоров <i>помидоры свежие, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	кКал-20, Бел-1, Угл-3	Школа 12-18 новое меню весна
55	Сосиски отварные	кКал-124, Бел-6, Жир-11	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
200	Капуста тушеная. <i>капуста свежая, мясо говядина, морковь, томатная паста, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, мука в/с, соль, сахар</i>	кКал-73, Бел-2, Жир-4, Угл-5	Школа 7-10 новое меню весна
220	Капуста тушеная. <i>капуста свежая, мясо говядина, морковь, томатная паста, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, мука в/с, соль, сахар</i>	кКал-80, Бел-2, Жир-4, Угл-5	Школа 12-18 новое меню весна
200	Кофейный напиток с молоком <i>молоко, сахар, кофейный напиток 1</i>	кКал-70, Бел-2, Жир-2, Угл-10	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
40	Хлеб пшеничный		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
Итого за Завтрак 1		кКал-562, Бел-21, Жир-25, Угл-55	
<u>Обед</u>			
100	Овощи натуральные (огурцы свежие)	кКал-28, Бел-2, Угл-5	Школа 7-10 новое меню весна, Школа 12-18 новое меню весна
250	Рассольник ленинградский с крупой <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, сметана, лук репчатый, крупа перловая, масло сливочное, соль</i>	кКал-119, Бел-2, Жир-4, Угл-17	Школа 7-10 новое меню весна
300	Рассольник ленинградский с крупой <i>картофель, огурцы консервированные, морковь, сметана, лук репчатый, крупа перловая, масло сливочное, соль</i>	кКал-142, Бел-3, Жир-5, Угл-21	Школа 12-18 новое меню весна
80	Гуляш из говядины <i>мясо говядина, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, мука в/с, соль</i>	кКал-91, Бел-11, Жир-5, Угл-2	Школа 7-10 новое меню весна
120	Гуляш из говядины <i>мясо говядина, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, мука в/с, соль</i>	кКал-136, Бел-16, Жир-7, Угл-3	Школа 12-18 новое меню весна
150	Макаронные изделия отварные	кКал-175, Бел-6, Жир-1, Угл-36	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	Компот из плодов или ягод сушеных (Чернослив с изюмом) <i>сахар, чернослив, изюм</i>	кКал-37, Угл-9	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
Итого за Обед		кКал-785, Бел-40, Жир-22, Угл-104	
Итого за день		кКал-1 347, Бел-61, Жир-47, Угл-159	

Кладовщик  Григорян С.С.Руководитель  Иванова Г.С.