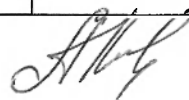


# Меню Среда (Вторая неделя)

## 12-18 лет

| Наименование блюд                      | Выход,<br>гр. | Пищевые вещества |        |            | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|--|---------------|------------------|--------|------------|----------------------------------|
|  |               | Белки, г         | Жиры,г | Углеводы,г |                                  |
| <b>Завтрак</b>                         |               |                  |        |            |                                  |
| Пудинг из творога со сгущённым молоком | 150/40        | 21,8             | 9,4    | 27,9       | 282                              |
| Батон йодированный                     | 40            | 3,4              | 1,3    | 23,1       | 117,9                            |
| Чай с сахаром                          | 215           | 0,2              | 0,0    | 15,0       | 61                               |
| Яблоко                                 | 110           | 0,5              | 5,0    | 12,7       | 61                               |
| Цена комплекса 75-00 руб.              |               |                  |        |            |                                  |
| <b>Обед</b>                            |               |                  |        |            |                                  |
| Суп картофельный с горохом             | 280           | 6,3              | 5,9    | 20,2       | 166                              |
| Котлета рыбная                         | 90            | 12,7             | 18,7   | 54,5       | 234                              |
| Пюре картофельное                      | 200           | 4,1              | 6,4    | 27,3       | 183                              |
| Напиток из шиповника с изюмом          | 200           | 0,0              | 0,0    | 22,9       | 90                               |
| Хлеб ржаной                            | 35            | 3,6              | 0,6    | 23,1       | 110                              |
| Цена комплекса 75-00руб.               |               |                  |        |            |                                  |

Директор школы



Холоднова А.Л.

