

Меню Среда (Первая неделя)

12-18 лет

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры,г	Углеводы,г	
Завтрак					
Запеканка из творога со сгущённым молоком	230	27	19,9	38,3	445,3
Яблоко	100	2,2	0,5	63,8	272,6
чай без сахара	200	1,5	0,6	10	51,8
батон нарезной	20	3,0	1,2	20,6	104,8
Цена комплекса 79-00 руб.					
Обед					
Борщ из свежей капусты и картофеля	290	6,0	6,8	21,3	169
Тефтели мясные с томатным соусом	100	13,1	16,8	6,3	229
Каша гречневая рассыпчатая	180	7,6	7,04	34,62	232,07
хлеб ржаной	40	2,56	0,47	15,36	76,82
Компот из чёрной смородины	200	0,29	0,12	21,49	90,21
Цена комплекса 79-00руб.					

Директор школы

Холоднова А.Л.



(Handwritten signature)