

Меню четверг (Первая неделя)

12-18 лет

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры,г	Углеводы,г	
Завтрак					
Курица в кисло-сладком соусе	90	11,7	5,0	12,6	144
Каша гречневая рассыпчатая	180	6,5	4,6	43,5	241
Блинчик с начинкой	70	1,4	1,9	28,7	130,8
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5
Чай с сахаром и лимоном	222	0,2	0,0	15,2	63
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Рассольник «Ленинградский»	260	5,3	9,6	15,3	156
Жаркое по - домашнему	285	10,8	27,3	31,8	416
Напиток из шиповника с изюмом	200	0,0	0,0	22,9	90
Хлеб ржаной	55	3,9	0,6	25,2	120
Цена комплекса 75-00руб.					

Директор школы



Холоднова А.Л.