

# Меню Четверг (Вторая неделя)

## 12-18 лет

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры,г	Углеводы,г	
<b>Завтрак</b>					
Гуляш из свинины	100	10,2	26,1	4,0	289
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	6,8	5,5	59,9	249
Чай с сахаром и лимоном	225	0,2	0,0	15,2	63
Блинчик с начинкой	70	1,4	1,9	28,7	130,8
Батон йодированный	30	1,9	0,7	12,9	65,5
Цена комплекса 75-00 руб.					
<b>Обед</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем	290	7,8	3,9	10,5	143
Плов со свиной	250	8,4	9,7	22,4	441
Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	63
Хлеб ржаной	55	5,1	2,0	25,5	155,4
Цена комплекса 75-00руб.					

Директор школы



*A.L.*

Холоднова А.Л.