

Меню среда (Вторая неделя)

12-18 лет

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры,г	Углеводы,г	
Завтрак					
Тефтели мясные с соусом	60/40	8	112,5	10,70	190
Каша гречневая рассыпчатая	200	11,8	7,6	51,4	346,7
Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	0,04	0,0	21,93	88,73
Цена комплекса 83-00 руб.					
Обед					
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	5,8	9,78	8,55	142,8
Тефтели мясные с рисом (ёжики)	100/50	11,5	16,83	14,5	260
Салат из свёклы с раст. маслом	100	1,63	8	8,38	115
Компот из смеси ягод с/м	200	0,16	0,16	27,04	111,12
Батон нарезной	30	2,31	0,9	15,03	77,7
Цена комплекса 83-00руб.					

Директор школы

Холоднова А.Л.

