

Меню Пятница (Вторая неделя)

12-18 лет

Наименование блюд	Выход, гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры,г	Углеводы,г	
Завтрак					
Котлета мясная рубленая	90	13	11	7,0	183
Рис отварной с маслом сл.	200	4,6	6,0	48,2	269
Кукуруза	10	0,7	0,2	8,3	63
Чай с сахаром	215	0,2	0,0	15	61
Батон йодированный	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Оладьи	35	2,1	3,4	14,5	97,0
Цена комплекса 75-00 руб.					
Обед					
Свекольник с курицей	260	7,2	3,6	9,2	135
Гуляш из курицы	100	13,0	10,8	3,6	164
Макаронны отварные со сл.маслом	200	7,6	5,0	48,2	271
Чай с сахаром и лимоном	220	0,2	0,0	15,2	63
Хлеб ржаной	35	4,1	1,6	28,3	144,1
Цена комплекса 75-00руб.					

Директор школы



Холоднова А.Л.