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	50/50	8	12,5	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
Бутерброд с сыром	30/15	6,45	6,46	12,88	136,8
Цена комплекса 87-00 руб.					
Обед					
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	5,8	9,78	8,55	142,8
Рис с овощами	180	1,10	5,76	6,0	82,8
Тефтели мясные с рисом (ёжики)	50/50	11,5	16,83	14,5	260
Компот из смеси ягод с/м	200	0,16	0,16	27,04	111,12
Хлеб ржаной	60	3,84	0,7	23,04	115,24
Цена комплекса 87-00руб.					

Директор школы Холоднова А.Л.