

Меню школы 12-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
завтрак		
200	Суп молочный с вермишелью <i>сгущенное молоко, макаронные изделия, соль</i>	ЭЦ-161, Б-6, Ж-6, У/в-21
30	Печенье	ЭЦ-119, Б-4, У/в-24
40	Хлеб 40г	ЭЦ-95, Б-3, У/в-19
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/в-15
Итого за завтрак		ЭЦ-432, Б-13, Ж-6, У/в-79
обед		
200	Суп картофельный с рисом <i>рис, лук репчатый, морковь, картофель, масло растительное, масло сливочное, соль</i>	ЭЦ-166, Б-8, Ж-4, У/в-23
200	Картофель с мясом <i>картофель, кури, лук репчатый, морковь, соль</i>	ЭЦ-219, Б-14, Ж-12, У/в-11
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/в-15
100	Соус томатный <i>томатная паста, лук репчатый, морковь, мука, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-97, Б-2, Ж-7, У/в-6
85	Хлеб 85г	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15
Итого за обед		ЭЦ-610, Б-26, Ж-23, У/в-70
Итого за день		ЭЦ-1 042, Б-39, Ж-29, У/в-149

Составил Бирюкова Л.И.Директор Васильев Д.В.