

# Меню школы 12-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>завтрак</u>		
200	<b>Каша манная</b> <i>сгущенное молоко, крупа манная</i>	ЭЦ-133, Б-4, У/в-28
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/в-15
40	<b>Хлеб 40г</b>	ЭЦ-95, Б-3, У/в-19
50	<b>Вафли.</b> <i>мука, сахар, маргарин, молоко, меланж, дрожжи, соль, ванилин</i>	ЭЦ-208, Б-4, Ж-5, У/в-36
<b>Итого за завтрак</b>		ЭЦ-493, Б-11, Ж-5, У/в-98
<u>обед</u>		
200	<b>Суп пшеничный</b> <i>картофель, пшено, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-114, Б-2, Ж-5, У/в-16
200	<b>Картофель с мясом</b> <i>картофель, куры, лук репчатый, морковь, соль</i>	ЭЦ-219, Б-14, Ж-12, У/в-11
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/в-15
85	<b>Хлеб 85г</b>	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15
<b>Итого за обед</b>		ЭЦ-461, Б-18, Ж-17, У/в-57
<b>Итого за день</b>		ЭЦ-954, Б-29, Ж-22, У/в-155

Составил \_\_\_\_\_ Бирюкова Л.И.

Директор \_\_\_\_\_ Васильев Д.В.