

Меню школы 12-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

завтрак

200	Каша манная <i>сгущеное молоко, крупа манная</i>	ЭЦ-133, Б-4, У/в-28
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай</i>	ЭЦ-57, У/в-15
40	Хлеб 40г	ЭЦ-95, Б-3, У/в-19
50	Вафли. <i>мука, сахар, маргарин, молоко, меланж, дрожжи, соль, ванилин</i>	ЭЦ-208, Б-4, Ж-5, У/в-36

Итого за завтрак ЭЦ-493, Б-11, Ж-5, У/в-98

обед

200	Суп вермишелевый <i>картофель, вермишель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	ЭЦ-149, Б-8, Ж-7, У/в-15
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
85	Хлеб 85г	ЭЦ-71, Б-2, У/в-15

Итого за обед ЭЦ-496, Б-24, Ж-19, У/в-56

Итого за день ЭЦ-989, Б-35, Ж-24, У/в-154

Составил  Бирюкова Л.И.

Директор  Васильев Д.В.

