



МЕНЮ
12-18 лет
2 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Суфле творожное	180	26,1	15,4	28,0	360,4
Фруктовая подлива	60			29,8	123,5
Чай с низким содержанием сахара	200	0,1		10,0	40,0
Батон йодированный	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Корж молочный	60	3,9	7,1	7,1	240,0
	550	33,9	24,0	100,6	894,9
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/10	260	2,1	5,6	12,9	113,9
Биточек Нежный	100	11,5	19,9	11,5	286,6
Макаронные изделия отварные	180	7,5	7,2	47,9	286,4
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,4	0,1	23,9	98,6
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,0	0,4	10,0	52,2
Булочка сахарная	30	2,9	2,8	19,1	113,1
	800	26,4	36,0	125,3	950,8
Полдник					
Пирожок с яйцом	60	6,5	7,6	22,6	184,8
Сок фруктовый в инд. упаковке	200			20,2	88,0
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0
	360	6,9	8,0	52,6	319,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1710	67,2	68,0	278,5	2 165,5