



МЕНЮ

ЗАВТРАКИ 12-18 лет
ДЕНЬ 10

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ПЕЧЕНЬ (1-й ВАРИАНТ)	100/50	12,8	24,7	16,1	337,4
РИС ОТВАРНОЙ	200	4,9	9,7	51,7	313,7
ТОМАТ СВЕЖИЙ	50	0,6	0,1	1,9	12,0
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
БАТОН НАРЕЗНОЙ В/С	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за прием пищи:	650	22,3	36,1	110,4	854,1
Цена комплекса 83-00 руб.					

Обед					
ПИЦЦА ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	2,5	5,9	8,5	97,6
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,2	7,3	25,5	182,8
КОТЛЕТЫ ИЗ ПИЩЕВЫХ КОТЛЕТКИ РЫБНЫЕ	100	12,8	8,8	14,5	110,6
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15,0	60,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	760	20,7	22,4	76,6	592,2
Цена комплекса 83-00 руб.					