



МЕНЮ
12-18 лет
5 ДЕНЬ 2 НЕДЕЛЯ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Суфле творожное с фруктовой подливой	230	27,5	9,6	56,6	447,6
Чай с низким содержанием сахара (200/10)	200	0,1		10,0	40,0
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61,1
		30,4	11,0	94,7	627,3
Обед					
Свекольник со сметаной (250/10)	260	2,3	5,7	17,1	132,0
Котлета натуральная из филе кури панированная запеченая (Медальон из кури)	100	20,4	13,9	21,4	296,7
Макаронные изделия отварные	180	7,9	2,8	50,8	263,2
Напиток из плодов сушеных (яблоки)	200	0,2		17,1	69,9
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52,2
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
		34,3	23,4	126,7	866,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		64,7	34,4	221,4	1 493,7