



Завтрак 7-10 ЛЕТ

№ рецептуры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Каша пшеничная мол. шир.	150		5,25	6,9	25,05	183,3
	Бутерброд с сыром	40		4,70	7,08	11,62	124,86
	Фрукт свежий	150		8,10	4,95	25,95	68,25
	Хлеб пшеничный	20		1,54	0,16	9,9	47,20
	Какао с молоком	200		9,80	10,00	65,00	389,20

Завтрак 11-18 лет

	Каша пшеничная мол. шир.	180		6,30	8,28	30,06	219,96
	Бутерброд с сыром	50		5,88	8,85	14,53	156,08
	Фрукт свежий	150		8,10	4,95	25,95	68,25
	Хлеб пшеничный	30		2,31	0,24	14,85	70,80
	Какао с молоком	200		9,80	10,00	65,00	389,20

Обед 7-10 лет

№ рецептуры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Утка со взбитыми яйцами	200		10,20	2,88	10,00	109,12
	Макароны из твердых сортов	150		6,25	6,15	35,25	217,35
	Гарбуз "Фалогка"	90		4,94	6,085	11,40	123,12
	Сыр твердый	40		1,04	3,84	3,76	53,76
	Хлеб пшеничный	50		3,85	0,40	24,75	118,00
	Хлеб ржанно-пшеничный	40		2,64	0,44	17,56	84,76
	Компот из св. яблок	200		0,16	0,16	23,88	97,6

Обед 11-18 лет

	Утка со взбитыми яйцами	250		12,50	3,60	12,50	136,4
	Макароны из твердых сортов	200		8,00	7,80	47,00	289,50
	Гарбуз "Фалогка"	100		5,43	6,65	12,66	136,80
	Сыр твердый	40		1,04	3,85	3,76	53,76
	Хлеб пшеничный	50		3,85	0,40	24,75	118,00
	Хлеб ржанно-пшеничный	40		2,64	0,44	17,56	84,76
	Компот из св. яблок	200		0,16	0,16	23,88	97,6

Шеф-повар: *Ку*

А.В. Казанцева