

Завтрак 7-10 ЛЕТ

№ рецептуры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Каша пшеничная молочная жидкая	150		5,25	6,9	25,05	113,3
	бутерброд с сыром	30		3,53	5,31	1,72	93,65
	Фрукт свежий	150		3,60	0,60	14,40	66,60
	Хлеб пшеничный	20		1,54	0,16	9,9	47,20
	Каша с молоком	200		9,80	10,00	65,00	389,20

Завтрак 11-18 лет

	Каша пшеничная молочная жидкая	150		5,25	6,9	25,05	113,3
	бутерброд с сыром	30		3,53	5,31	1,72	93,65
	Фрукт свежий	150		3,60	0,60	14,40	66,60
	Хлеб пшеничный	20		1,54	0,16	9,9	47,20
	Каша 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
	Борщ с картофелем	250		6,52	10,40	13,90	218,88
	Рис отварной	150		3,7	5,4	36,7	210,1
	Биточки и говядина	90		16,44	16,32	14,64	271,56
	Соус томатный	20		0,52	1,92	1,88	26,88
	Хлеб пшеничный	30		2,31	0,24	14,85	70,80
	Хлеб ржано-пшеничный	30		1,98	0,33	13,17	63,57
	Компот из сухофруктов	200		0,60	0,0	31,40	128,0

Обед 11-18 лет

	Борщ с картофелем	250		6,52	10,40	13,90	218,88
	Рис отварной	150		3,7	5,4	36,7	210,1
	Биточки и говядина	90		16,44	16,32	14,64	271,56
	Соус томатный	20		0,52	1,92	1,88	26,88
	Хлеб пшеничный	30		2,31	0,24	14,85	70,80
	Хлеб ржано-пшеничный	30		1,98	0,33	13,17	63,57
	Компот из сухофруктов	200		0,60	0,0	31,40	128,0

Шеф-повар:

Коз

А.В. Казанцева