



Завтрак 7-10 лет

№ рецептуры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Каши пшён. молот. жид.	150		5,25	6,9	75	183,3
	Бутерброд с сыром	30		3,53	5,31	8,72	93,65
	Фрукт свежий	150		3,60	0,60	14,70	66,60
	Хлеб пшенич.	20		1,54	0,16	9,9	47,20
	Какао с молоком	100		9,80	10,00	65,00	389,20

Завтрак 11-18 лет

№ рецептуры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Каши пшён. мол. жид.	180		6,30	8,28	30,06	219,96
	Бутерброд с сыром	50		5,88	8,85	14,53	156,08
	Фрукт свежий	150		3,60	0,60	14,70	66,60
	Хлеб пшенич.	30		2,31	0,24	14,85	70,80
	Какао с молоком	100		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 картоф.	150		6,52	10,40	13,90	218,88
	Рис отварной	150		3,7	5,4	36,7	210,1
	Биточки из говяд.	90		16,44	16,32	14,64	271,56
	Соус томатный	20		0,52	1,92	1,88	26,88
	Хлеб пшенич.	30		2,31	0,24	14,85	70,80
	Хлеб ржано-пшенич.	30		1,98	0,33	13,17	63,57
	Компот из сухофр.	100		0,60	0,0	31,40	128,0

Обед 11-18 лет

№ рецептуры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Борщ с картоф.	150		6,52	10,40	13,90	218,88
	Рис отварной	100		4,9	7,2	48,9	280,1
	Биточки из говяд.	100		18,27	18,13	16,27	301,73
	Соус томатный	40		1,04	3,84	3,76	53,76
	Хлеб пшенич.	50		3,85	0,40	24,75	118,00
	Хлеб ржано-пшенич.	40		2,64	0,44	17,56	84,76
	Компот из сухофр.	100		0,60	0,0	31,40	128,0

Шеф повар:

Каз

Казанцева А.В.