



Завтрак 7-10 лет

№ рецептуры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Каша овсян. зерн. миз.	200		6,2	9,6	26,60	217,6
	Фрукт свежий	150		3,60	0,60	14,70	66,60
	Хлеб пшенич.	50		3,85	0,40	24,75	118,00
	чай с сахаром	200		0,10	0,0	14,00	56,80

Завтрак 11-18 лет

№ рецептуры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Каша овсян. зерн. миз.	200		6,2	9,6	26,60	217,6
	Фрукт свежий	150		3,60	0,60	14,70	66,60
	Хлеб пшенич.	60		4,62	0,48	29,7	141,60
	чай с сахаром	200		0,10	0,0	14,00	56,80

Обед 7-10 лет

№ рецептуры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Варени	50		1,85	17,45	29,2	281,25
	Суп с мясом. фрикад.	250		2,2	2,78	15,38	106
	Капуста туш. с мяс.	200		21,92	22,88	13,3	346,96
	Хлеб пшенич.	40		3,08	0,32	19,8	94,40
	Хлеб ржано-пшен.	40		2,64	0,44	17,56	84,76
	чай с лимоном	200		0,30	0,0	15,20	62,00

Обед 11-18 лет

№ рецептуры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Варени	80		2,96	27,92	46,72	450
	Суп с мясом. фрикад.	250		2,2	2,78	15,38	106
	Капуста туш. с мяс.	250		27,4	28,60	10,6	433,40
	Хлеб пшенич.	60		4,62	0,48	29,7	141,60
	Хлеб ржано-пшен.	40		2,64	0,44	17,56	84,76
	чай с лимоном	200		0,30	0,0	15,20	62,00

Шеф повар:

Коз

Казанцева А.В.

210-00