



Завтрак 7-10 лет

№ рецепту ры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Сырники творож. зап.	160		29,76	21,76	29,12	431,36
	Чай светлый	1шт		0,90	0,20	9,50	23,40
	Молоко сух. с сах	40		1,42	1	11,20	58,84
	Кофеин. напиток. слив.	200		3,46	3,78	13,28	100,24

Завтрак 11-18 лет

№ рецепту ры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Сырники творож. зап.	200		37,2	27,2	36,40	539,20
	Чай светлый	1шт		1,02	0,23	10,27	26,52
	Молоко сух. с сах.	35		1,24	0,875	12,43	51,485
	Кофеин. напиток. слив.	200		3,46	3,78	13,28	121

Обед 7-10 лет

№ рецепту ры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Каша греч.	30		0,12	0	12,8	87,9
	Борщ с картош. и капуст.	200		2,24	5,76	11,12	105,28
	Запек. картоф. соев. фарш.	250		29,4	30	33	520
	Жидк. пюре	50		3,85	0,40	24,75	118,00
	Жидк. пюре - пюре	40		2,64	0,44	17,56	84,76
	Чай с сахаром	200		0,20	0,0	14,00	56,80

Обед 11-18 лет

№ рецепту ры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Каша греч.	60		0,24	0	45,6	175,8
	Борщ с картош. и капуст.	250		2,80	7,2	13,9	131,6
	Запек. картоф. соев. фарш.	250		29,4	30	33	520
	Жидк. пюре	60		4,62	0,48	22,2	141,6
	Жидк. пюре - пюре	60		3,96	0,66	26,34	127,14
	Чай с сахаром	200		0,20	0	14	56,8

Шеф повар :

Ку

Казанцева А.В.