

Завтрак 7-10 лет

№ рецепту ры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Кашия рж. мал. каша	150		3,6	5,17	38,7	216,45
	Бутербр. с сарсом	30		3,53	5,17	11,72	95,65
	Фрукт светлый (банан)	1шт		2,25	0,75	31,50	81,75
	Мед пшеничный	20		1,54	0,16	9,9	47,20
	чай с лимоном	200		0,36	0,0	15,20	62,00

Завтрак 11-18 лет

№ рецепту ры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Кашия рисов. каша	200		4,8	7	51,6	288,6
	Бутербр. с сарсом	50		5,88	8,85	14,53	156,08
	Фрукт светл. (банан)	1шт		2,25	0,75	31,50	81,75
	Мед пшенич.	30		2,31	0,24	14,85	40,80
	чай с лимоном	200		0,31	0,0	15,20	62,00

Обед 7-10 лет

№ рецепту ры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Суп с мяс. фрикад.	200		1,76	2,224	12,304	106
	Кашия пшен. бл. каша	150		2,03	3,36	54,45	210,90
	Колбаса, рубл. уличная	100		12,80	8,65	22,82	190,30
	Соус томат.	40		1,04	3,84	3,76	53,76
	Мед пшенич.	40		3,08	0,32	19,8	94,40
	Мед ржан. - пшен.	40		2,64	0,44	17,56	84,76
	Какао с молоком	200		9,80	10,00	65,00	389,20

Обед 11-18 лет

№ рецепту ры	Наименование блюда Прием пищи	Масса порции	Цена	Энергетическая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Суп с мяс. фрикад.	250		2,2	2,78	15,38	106
	Кашия пшен. бл. каша	200		2,70	4,48	42,60	281,20
	Колбаса, рубл. уличная	100		12,80	8,65	22,82	190,30
	Соус томат.	40		1,04	3,84	3,76	53,76
	Мед пшенич.	50		3,85	0,40	24,75	118,00
	Мед ржан. - пшен.	40		2,64	0,44	17,56	84,76
	Какао с молоком	200		9,80	10,00	65,00	389,20

Шеф повар :

Кау

Казанцева А.В.

210-00