

## для обучающихся начальной школы

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Горячий завтрак (бесплатное питание)</b>						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Сыр порциями	10		2,63	2,66		35
Салат из моркови	60		0,63	6,04	9,34	95
Плов из птицы	50/150		13,42	11,01	26,01	257
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,13	0,02	11,15	46
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
<b>Итого:</b>		<b>62,10</b>	<b>19,43</b>	<b>20,53</b>	<b>74,54</b>	<b>568</b>

## для обучающихся среднего и старшего звена

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Холодные закуски или первое блюдо (на выбор)</b>						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
<b>Вторые блюда</b>						
Котлеты «Пюжарские» с соусом томатным	80/20		11,5	11,2	8,52	178
Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	1,94	204
Цыплята запеченные	100		26,7	24,5	1	332
Чахохбили из филе куриных грудок	70/50		14,5	19,1	6,9	258
<b>Гарниры</b>						
Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
<b>Напитки</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
<b>Итого</b>		<b>73,00</b>				

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

