

для обучающихся начальной школы

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (бесплатное питание)						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60		0,42	0,06	1,14	7
Рагу из птицы	40/120		12,63	15,18	36,16	332
Напиток лимонный	200		0,07	0,01	8,13	34
Печенье сдобное Вкусное	1шт/15		1,21	3,62	10,25	78
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:		62,10	17,33	19,71	86,28	598

для обучающихся среднего и старшего звена

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Холодные закуски или первое блюдо (на выбор)						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
Вторые блюда						
Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20		12,3	11,9	8,9	189
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		13,9	17,9	1,40	221
Рыба (филе) по-итальянски с сыром	75/5		13,8	8,2	3	141
Грудки куриные по- французски	180		17	29	16,9	397
Пельмени Для Умников и умниц (отварные с соусом Переменка)	180/25		21,4	25,3	38,5	468
Гарниры						
Макаронные изделия отварные с маслом	180/3		6,8	7,5	43,16	268
Напитки						
Чай пакетированный с сахаром, урюком	200/8/10		0,5	13,28	56	
Директор						
Калькулятор						
Зав. производством						
Итого		73,00				

8(800)234-33-88
@depta.kzn

