

для обучающихся начальной школы

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (бесплатное питание)						
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60		0,42	0,06	1,14	7
Гуляш из индейки	45/45		9,03	10,2	1,80	135
Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	242
Напиток яблочный	200		0,10	0,10	26,40	107
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
Итого:		62,10	18,31	16,07	87,59	570

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
Вторые блюда						
Котлеты «Пожарские» с соусом томатным	80/20		11,5	11,2	8,52	178
Нагетсы куриные с соусом томатным	5шт/80/20		16,6	20,7	4,3	266
Запеканка картофельная с мясом	200		14,4	18,3	27,7	331
Гарниры						
Картофель запеченный (с паприкой)	150		3,5	8,2	28,4	202
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
Итого		73,00				

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

