

для обучающихся начальной школы

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (бесплатное питание)						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Блинчики со сгущ.молоком	45/10		2,19	2,52	13,5	85
Рагу из птицы	40/120		12,63	15,18	20,16	267
Напиток лимонный	200		0,14	0,01	24,43	101
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
Итого:		62,10	17,50	18,43	84,27	579

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						
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20		12,3	11,9	8,9	189
Грудки куриные по- французски	180		17	29,0	16,9	397
Гарниры						
Макаронные изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
Итого		73,00				

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)

@depta.kzn

