

1-4 класс

Горячий завтрак (бесплатное питание) младшие

Плоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56
Салат из белокачанной капусты	60	0,93	3,05	5,63	54
Фрикадельки мясные в соусе томатном	50/40	10,1	11,99	7,78	180
Каша гречневая рассыпчатая	150	5,74	5,19	36,28	215
Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	0,08	0,01	15,2	62
Хлеб сельский	20	1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71
		20,61	21,16	100,41	682

ИТОГО:

51,85

Директор
Калькулятор
Зав. производством



#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

1 день

№Сб. рец.	Наименование блюд	выход	стоимо	белки	жиры	углев	ККАЛ
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ или 1-ое БЛЮДО (на выбор)							
338/2015	Фрукты свежие (яблоки, бананы)	100	0,95	0,45	15,40	72	
ТТК	Яйцо под соусом "Переменка" с з/горошком	1шт/15/10	6,71	14,02	1,60	159	
№3/2015	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	35/10/5	5,3	7,3	18,03	160	
ТТК 2015	Салат из квашеной капусты с клюквой (капуста квашеная, лук, клюква, сахар, масло растительное)	100/5	1,6	5,1	8,43	89	
		сред.	3,64	6,72	10,87	120	
82/2015	Борщ с капустой и картофелем, мясными фрикадельками п/ф со сметаной	250/11/5	3,73	7,46	12,58	133	
ВТОРЫЕ БЛЮДА							
ТТК 2020	Котлеты "Аппетитные" мясо куриные (п/ф), огурец соленый (доп. гарнир)	80/65	12,12	13,25	7,75	197	
ТТК 2019	Горбуша (филе) по-московски	60/20	15,73	13,33	1,94	191	
256/2015	Мясо (говядина) тушеное	50/50	15,89	18,31	2,55	238	
ТТК 2020	Голень куриная в сливочном маринаде, огурец соленый (доп. гарнир)	90/35	19,64	21,49	1,70	281	
		сред.	15,85	16,60	3,49	227	
ТТК 2016	Буритос с курицей и сыром запеченный в лаваше	230	22,6	44,45	6,78	520	
ТТК 2018	Блины (п/ф) со сгущенным молоком	5шт/225/60	16,7	13,4	103	602	
		сред.	19,65	28,93	54,92	561	
ГАРНИРЫ							
ТТК	Картофель запеченный	150	4,35	15,85	35,43	302	
302/2015	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	7,99	10,10	50,29	324	
		сред.	6,17	12,98	42,86	313	
НАПИТКИ							
633/2004	Чай пакетированный с сахаром	200/15			15	60	
348/2015	Компот из плодов сушеных (урюка)	200	1	0,08	30,6	128	
699/2004	Напиток лимонный	200	0,14	0,016	24,4	107	
		сред.	0,38	0,03	23,32	96	
	Хлеб сельский/ хлеб пшеничный 1с	20/20	2,52	0,36	18,8	91	
Итого-			69,00	28,55	36,68	99,37	847

МБОУ
«Гимназия №7
имени Героя России
А.В. Козина»
Директор
Калькулятор
Зав. производством

#poelidovolen



Мобильное приложение
«Поел и доволен»



WWW.POELIDOVOLEN



@depta.kzn



8-(800)-234-33-88

