

для обучающихся начальной школы

| | Выход | Стоим. | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|---|-------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| Горячий завтрак (бесплатное питание) | | | | | | |
| Салат из моркови с яблоками | 60 | | 0,59 | 6,08 | 5,27 | 79 |
| Ёжики мясные с рисом в соусе томатном | 60/40 | | 9,56 | 8,42 | 10,23 | 155 |
| Пюре картофельное | 150 | | 3,28 | 4,65 | 22,02 | 146 |
| Компот из замороженной вишни | 200 | | 0,12 | 0,03 | 11,57 | 48 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| Итого: | | 62,10 | 16,07 | 19,54 | 67,93 | 519 |

для обучающихся среднего и старшего звена

| | Выход | Стоим. | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|--|---------|--------------|-------|-------|--------|------|
| Холодные закуски | | | | | | |
| Фрукты свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| Вторые блюда | | | | | | |
| Шашлычок из куриной грудки на шампуре | 90 | | 17,2 | 15,4 | 1,10 | 210 |
| Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка | 70/5/5 | | 17,5 | 10,6 | 2,7 | 175 |
| Котлеты «Школьные» с соусом томатным | 80/20 | | 11,5 | 11,23 | 8,52 | 178 |
| Грудка куриная в томатном соусе | 50/50 | | 9,9 | 10,6 | 3,6 | 150 |
| Сосиски отварные | 2шт/100 | | 10,4 | 20,1 | 0,8 | 226 |
| Гарниры | | | | | | |
| Пюре картофельное | 180 | | 3,94 | 5,6 | 26,46 | 175 |
| Напитки | | | | | | |
| Чай черный пакетированный с сахаром | 200/8 | | | | 8 | 32 |
| Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный | 15/15 | | 1,89 | 0,3 | 14,13 | 68 |
| Итого | | 73,00 | | | | |

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

