

для обучающихся начальной школы

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (бесплатное питание)						
Салат из свежих помидоров (с луком)	60		0,67	3,71	2,77	48
Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		9,24	6,83	8,46	132
Рис отварной	150		3,83	5,43	40,01	224
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
Печенье сдобное «Шоколадное»	1шт/15		1,21	2,62	10,25	79
Хлеб ржано-пшеничный	30		1,5	0,3	13,5	66
Итого:		62,10	16,47	18,89	82,97	581

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						
Тефтели из говядины в соусе томатном	70/40		10,2	10,8	8,47	173
Рыба (филе) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
Грудки куриные запеченные с сыром, томатом	80/5		25,3	24,14	0,411	321
Лазанья с мясом	160		17,7	24,1	25,9	410
Гарниры						
Спагетти отварные (с маслом растит.)	180		6,72	6,1	43,1	254
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

