

## для обучающихся начальной школы

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Горячий завтрак (бесплатное питание)</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60		0,42	0,06	1,14	7
Рагу из птицы	40/120		12,63	15,18	36,16	332
Напиток лимонный	200		0,10	0,10	20,40	83
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
<b>Итого:</b>		<b>62,10</b>	<b>15,77</b>	<b>16,14</b>	<b>85,84</b>	<b>557</b>

## для обучающихся среднего и старшего звена

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Холодные закуски или первое блюдо (на выбор)</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
<b>Вторые блюда</b>						
Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20		12,3	11,9	8,9	189
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре)	90		17,2	15,4	1,10	210
Грудки куриные по- французски	180		17	29,0	16,9	397
<b>Гарниры</b>						
Макаронные изделия отварные	180		6,77	5,4	43,14	248
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
<b>Напитки</b>						
Чай пакетированный с сахаром, урюком	200/8/10		0,5	0,0	13,28	56
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/20		2,52	0,4	18,84	91
<b>Итого</b>		<b>73,00</b>				

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

