

## для обучающихся начальной школы

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Горячий завтрак (бесплатное питание)</b>						
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Блинчики со сгущ.молоком	45/10		2,19	2,52	13,5	85
Жаркое из птицы	40/140		11,77	12,05	22,53	250
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,06	0,01	8,14	34
Хлеб ржано-пшеничный	25		1,25	0,25	11,25	55
<b>Итого:</b>		<b>62,10</b>	<b>15,67</b>	<b>15,23</b>	<b>65,22</b>	<b>471</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
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
<b>Вторые блюда</b>						
Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20		12,3	11,9	8,9	189
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,1	16	21,5	295
Пельмени «Для умников и умниц» отварные с маслом	160/5		19	16,3	33,5	357
<b>Гарниры</b>						
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
<b>Напитки</b>						
Компот из замороженной компотной смеси	200		0,14	0	11,2	46
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
<b>Итого</b>		<b>73,00</b>				

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

