

для обучающихся начальной школы

| | Выход | Стоим. | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|---|--------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| Горячий завтрак (бесплатное питание) | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты | 60 | | 0,93 | 3,05 | 5,64 | 54 |
| Гуляш из индейки | 45/45 | | 9,03 | 8,6 | 8,20 | 147 |
| Пюре картофельное | 150 | | 3,28 | 4,65 | 22,02 | 146 |
| Чай с сахаром | 200/8 | | 0,02 | 0,01 | 7,99 | 32 |
| Печенье сдобное «Американер с кунжутом» | 1шт/15 | | 1,21 | 3,62 | 10,25 | 78 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| Итого: | | 62,10 | 16,99 | 20,29 | 72,94 | 548 |

для обучающихся среднего и старшего звена

| | Выход | Стоим. | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|--|--------|--------------|-------|------|--------|------|
| Холодные закуски или первое блюдо (на выбор) | | | | | | |
| Овощи натуральные свежие (яблоки) | 80 | | 0,88 | 0,2 | 3,04 | 19 |
| Вторые блюда | | | | | | |
| Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка | 70/5/5 | | 17,5 | 10,6 | 2,7 | 175 |
| Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка | 80/10 | | 13,8 | 17,9 | 1,40 | 221 |
| Азу с говядиной | 50/150 | | 7,2 | 21,0 | 19 | 334 |
| Гарниры | | | | | | |
| Пюре картофельное | 180 | | 3,96 | 5,6 | 26,46 | 175 |
| Напитки | | | | | | |
| Компот из плодов сушеных (урюк) | 200 | | 1 | 0,1 | 30,56 | 128 |
| Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с | 20/15 | | 1,89 | 0,3 | 14,13 | 75 |
| Итого | | 73,00 | | | | |

Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

