

## для обучающихся начальной школы

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Горячий завтрак (бесплатное питание)</b>						
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60		0,42	0,06	1,14	7
Гуляш из индейки	45/45		9,03	10,2	1,80	135
Каша гречневая рассыпчатая	150		6,62	5,39	41,87	242
Напиток яблочный	200		0,10	0,10	26,40	107
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>18,31</b>	<b>16,07</b>	<b>87,59</b>	<b>570</b>

## для обучающихся среднего и старшего звена

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Холодные закуски или первое блюдо (на выбор)</b>						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
<b>Вторые блюда</b>						
Котлеты «Пожарские» с соусом томатным	80/20		11,5	11,2	8,52	178
Медальоны из куриных грудок с сыром, томатом	70/5		19,1	19,1	2,5	260
Запеканка картофельная с мясом	200		14,4	18,3	27,7	331
<b>Гарниры</b>						
Рис отварной	180		4,6	6,5	48	269
<b>Напитки</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
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

