

для обучающихся начальной школы

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (бесплатное питание)						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Блинчики со сгущ.молоком	45/10		2,19	2,52	13,5	85
Салат из белокочанной капусты	60		0,93	3,05	5,64	54
Жаркое из птицы	40/120		11,77	12,05	22,53	246
Чай с сахаром	200/8		0,01		10,17	41
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Итого:		62,10	16,38	18,30	72,60	526

для обучающихся среднего и старшего звена

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Холодные закуски или первое блюдо (на выбор)						
Салат из свежих помидоров (с луком)	100		1,11	6,18	4,62	81
Вторые блюда						
Бифштекс по-домашнему с соусом томатным	80/20		12,3	11,9	8,9	189
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом	80/10		13,8	17,9	1,40	221
Переменка						
Рыба (филе) по-итальянски с сыром	75/5		13,8	8,2	3	141
Жаркое из птицы (грудки куриные)	60/150		16,1	16	21,5	295
Гарниры						
Спагетти отварные (с маслом слив.)	180		6,77	5,4	43,14	248
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб с калыкулятором	25/20		2,77	0,4	21,1	102
Итого:		73,00				

Директор
Калькулятор
За производство

8(800)234-33-88
@depta.kzn

