

для обучающихся начальной школы

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (бесплатное питание)						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Блинчики со сгущ.молоком	45/10		2,19	2,52	13,5	85
Рагу из птицы	40/120		12,63	15,18	20,16	267
Напиток из шиповника	200		0,01		10,17	41
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
Итого:		62,10	18,37	18,42	76,01	548

для обучающихся среднего и старшего звена

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Холодные закуски или первое блюдо (на выбор)						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Вторые блюда						
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
Бифштекс по-домашнему	90		13,5	12,22	8,5	195
Гарниры						
Макаронные изделия отварные (с м/р)	180		6,77	5,4	43,13	248
Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159
Напитки						
Компот из плодов сушеных (урюк)	200		1	0,1	30,56	128
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	15/15		1,89	0,3	14,13	68
Итого		73,00				

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

