

## 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
Свекла отварная (дольками) с маслом	60		0,85	3,65	5,02	56
Котлеты «Пожарские»	90		11	9,89	0,6	135
Макаронные изделия отварные	150		5,60	5,06	35,91	212
Напиток лимонный	200		0,14	0,01	24,43	101
Хлеб ржано-пшеничный	25		1,25	0,25	11,25	55
<b>Итого:</b>		<b>62,10</b>	<b>19,24</b>	<b>19,26</b>	<b>87,01</b>	<b>606</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
<b>Вторые блюда</b>						
Гуляш из куриных грудок	50/50		14,6	15,3	3,235	209
Рыба запеченная (филе)	75		17,3	10,0	3,3	171
Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
<b>Гарниры</b>						
Каша гречневая рассыпчатая	180		7,95	6,5	50,25	291
<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

