

для обучающихся начальной школы

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (бесплатное питание)						
Салат из квашенной капусты (без лука)	60		0,98	3,05	4,63	51
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,56	8,42	10,23	155
Макаронные изделия отварные	150		5,60	5,06	35,91	212
Сок в ассортименте разливной	200		0,7	0,2	8,2	38
Печенье весовое	2шт/30		1,07	1,14	8,23	48
Хлеб ржано-пшеничный	25		1,25	0,25	11,25	55
Итого:		62,10	19,16	18,12	78,45	559

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) по-Московски	70/20		18	13,8	2	204
Бифштекс по-домашнему	90		13,5	12,22	8,5	195
Гуляш из филе грудок индейки	40/40		8	10,0	1,7	130
Плов с говядиной	40/160		11,9	15,0	42,76	357
Гарниры						
Каша гречневая вязкая	180		4,2	5,6	26,41	173
Напитки						
Компот из свежих плодов (яблоки)	200		0,08	0,1	11,9	49
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

