

для обучающихся начальной школы

| | Выход | Стоим. | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|---|--------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| Горячий завтрак (бесплатное питание) | | | | | | |
| Сыр порциями | 15 | | 3,94 | 3,99 | | 53 |
| Ёжики мясные с рисом в соусе томатном | 60/40 | | 7,06 | 6,42 | 10,23 | 127 |
| Макаронные изделия отварные (масло слив.) | 150 | | 5,60 | 5,06 | 35,91 | 180 |
| Компот из плодов сушеных (урюк) | 200 | | 1,00 | 0,08 | 10,56 | 47 |
| Печенье сдобное «Мягкое» | 1шт/15 | | 0,71 | 3,96 | 10,56 | 66 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 15 | | 0,75 | 0,15 | 6,75 | 33 |
| Хлеб пшеничный | 15 | | 1,14 | 0,12 | 7,38 | 35 |
| Итого: | | 62,10 | 20,20 | 19,78 | 81,39 | 541 |

для обучающихся среднего и старшего звена

| | Выход | Стоим. | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|---|--------|--------------|-------|-------|--------|------|
| Холодные закуски или первое блюдо (на выбор) | | | | | | |
| Плоды свежие (яблоки) | 100 | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Вторые блюда | | | | | | |
| Плов с говядиной | 40/160 | | 11,9 | 15,0 | 42,76 | 357 |
| Грудка куриная в томатном соусе | 50/50 | | 9,9 | 10,6 | 3,6 | 150 |
| 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 |
| 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

