

для обучающихся начальной школы

| | Выход | Стоим. | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|---|--------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| Горячий завтрак (бесплатное питание) | | | | | | |
| Плоды свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| Сыр порциями | 10 | | 2,63 | 2,66 | | 35 |
| Салат из моркови | 60 | | 0,63 | 6,04 | 9,34 | 95 |
| Плов из птицы | 50/150 | | 13,42 | 11,01 | 26,01 | 257 |
| Компот из замороженной компотной смеси | 200 | | 0,13 | 0,02 | 11,15 | 46 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| Хлеб пшеничный | 15 | | 1,14 | 0,12 | 7,38 | 35 |
| Итого: | | 62,10 | 19,43 | 20,53 | 74,54 | 568 |

для обучающихся среднего и старшего звена

| | Выход | Стоим. | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|---|---------|--------------|-------|------|--------|------|
| Холодные закуски или первое блюдо (на выбор) | | | | | | |
| Салат «Каприз» (помидоры св., кукуруза, сыр, сухарики, масло раст.) | 80 | | 2,2 | 9,6 | 4,5 | 115 |
| Вторые блюда | | | | | | |
| Котлеты «Пожарские» с соусом томатным | 80/20 | | 11,5 | 11,2 | 8,52 | 178 |
| Рыба (филе) по-Московски | 70/20 | | 18 | 13,8 | 1,94 | 204 |
| Цыплята запеченные | 100 | | 26,7 | 24,5 | 1 | 332 |
| Чахохбили из куриных грудок | 70/50 | | 14,5 | 19,1 | 6,9 | 258 |
| Гарниры | | | | | | |
| Спагетти отварные (с маслом слив.) | 180 | | 6,77 | 5,4 | 43,14 | 248 |
| Напитки | | | | | | |
| Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном | 200/8/5 | | 0,05 | | 8,13 | 34 |
| Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с | 20/20 | | 2,52 | 0,4 | 18,84 | 91 |
| Итого | | 73,00 | | | | |

Директор
Калькулятор
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

