

## для обучающихся начальной школы

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Горячий завтрак (бесплатное питание)</b>						
Салат из белокочанной капусты	60		0,93	3,05	5,64	54
Гуляш из индейки	45/45		9,03	8,6	8,20	147
Пюре картофельное	150		3,28	4,65	22,02	146
Чай с сахаром	200/8		0,02	0,01	7,99	32
Печенье сдобное «Американер с кунжутом»	1шт/15		1,21	3,62	10,25	78
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
<b>Итого:</b>		<b>62,10</b>	<b>16,99</b>	<b>20,29</b>	<b>72,94</b>	<b>548</b>

## для обучающихся среднего и старшего звена

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>Холодные закуски или первое блюдо (на выбор)</b>						
Десерт фруктовый (яблоки)	80		0,32	0,32	7,8	38
<b>Вторые блюда</b>						
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	80/10		13,8	17,9	1,40	221
Азу с говядиной	50/150		7,2	21,0	19	334
Гуляш из филе грудок индейки	50/50		10	12,6	2,1111	162
<b>Гарниры</b>						
Капуста тушеная	180		4,21	7,4	18	159
<b>Напитки</b>						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	20/15		1,89	0,3	14,13	75
<b>Итого</b>		<b>73,00</b>				

Директор  
Калькулятор  
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

