

для обучающихся начальной школы

| | Выход | Стоим. | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|---|-------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| Горячий завтрак (бесплатное питание) | | | | | | |
| Блинчики со сгущ.молоком | 45/10 | | 3,19 | 2,52 | 19,5 | 114 |
| Биточки рыбные, огурец соленый (доп.гарнир) | 65/25 | | 9,5 | 8,3 | 4,8 | 132 |
| Пюре картофельное | 150 | | 3,28 | 4,66 | 22,03 | 146 |
| Компот из замороженной вишни | 200 | | 0,12 | 0,03 | 11,57 | 48 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | | 1 | 0,2 | 9 | 44 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
| Итого: | | 62,10 | 18,61 | 15,87 | 76,74 | 531 |

для обучающихся среднего и старшего звена

| | Выход | Стоим. | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|--|--------|--------------|-------|------|--------|------|
| Холодные закуски | | | | | | |
| Плоды свежие (яблоки) | 120 | | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56 |
| Вторые блюда | | | | | | |
| Шашлычок из куриной грудки на шампуре с соусом Переменка | 90/10 | | 22 | 30,1 | 1,70 | 365 |
| Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка | 70/5/5 | | 17,5 | 10,6 | 2,7 | 175 |
| Гуляш из говядины | 50/50 | | 15,2 | 17,7 | 2,84 | 231 |
| Гарниры | | | | | | |
| Рис отварной | 180 | | 4,6 | 6,5 | 48 | 269 |
| Напитки | | | | | | |
| Чай черный пакетированный с сахаром | 200/8 | | | | 8 | 32 |
| Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный | 15/15 | | 1,89 | 0,3 | 14,13 | 68 |
| Итого | | 73,00 | | | | |

Директор
Калькулятор
Зав. производством



☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

