

для обучающихся начальной школы

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (бесплатное питание)						
Фрукты свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат из квашенной капусты (без лука)	60		0,98	3,05	4,63	51
Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,19	15,98	30,91	332
Чай с сахаром	200/8		0,02		7,98	32
Хлеб ржано-пшеничный	25		1,25	0,25	11,25	55
Итого:		62,10	18,84	19,68	64,57	517

для обучающихся среднего и старшего звена

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Холодные закуски или первое блюдо (на выбор)						
Фрукты свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Вторые блюда						
Ёжики мясные с рисом в соусе томатном	60/40		9,57	10,4	9,23	169
Шашлычок из куриных грудок (на шампуре) с соусом Переменка	90/10		22	30,1	1,70	365
Гуляш из говядины	50/50		15,2	17,7	2,84	231
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,1	16	21,5	295
Гарниры						
Пюре картофельное	180		3,94	5,6	26,46	175
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром, лимоном	200/8/5		0,05		8,13	34
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный 1с	25/20		3,6	0,6	19,1	103
Итого:		73,00				

Директор

Калькулятор

Зав. производством

☎ 8(800)234-33-88

📷 @depta.kzn

