

для обучающихся начальной школы

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (бесплатное питание)						
Плоды свежие (яблоки)	100		0,4	0,4	9,8	47
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, масло растит.)	60		0,93	3,05	5,64	54
Рагу из куриных грудок	50/150		12,04	15,23	23,20	278
Напиток из шиповника	200		0,01		10,17	41
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	20		1,52	0,16	9,84	47
Итого:		62,10	15,90	19,04	67,65	511

для обучающихся среднего и старшего звена

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Холодные закуски или первое блюдо (на выбор)						
Бутерброд с сыром (с батоном)	25/15		6,2	4,9	15,4	131
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Вторые блюда						
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Грудки куриные по- французски	180		17	29,0	16,9	397
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						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
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

