



02.09. 2022 г.

Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Каша жидкая молочная из гречневой крупы	200	9,09	12,99	45,16	335,00
Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00
Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,94	100,60
Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Завтрак льготной категории 5-11кл (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Каша жидкая молочная из гречневой крупы	250	11,36	16,23	56,43	418,75
Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00
Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,94	100,60
Льготный обед для 7-11 лет					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат картофельный с огурцами	60	0,72	4,70	5,37	68,40
Рассольник Ленинградский	200	1,80	4,20	11,00	90,00
Птица тушеная в соусе	50/50	8,85	7,22	1,93	108,00
Каша рисовая вязкая	150	8,64	11,06	54,30	352,00
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Льготный обед 12 лет и старше					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат картофельный с огурцами	100	1,21	7,84	8,96	111,40
Рассольник Ленинградский	250	5,75	4,25	19,50	140,00
Птица тушеная в соусе	75/50	13,28	10,84	2,90	162,00
Каша рисовая вязкая	180	10,36	13,27	65,16	422,40
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
Хлеб ржаной	40	1,64	0,32	14,10	68,66
Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Полдник льготной категории 5-11кл (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Каша жидкая молочная из гречневой крупы	250	11,36	16,23	56,43	418,75
Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00
Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60
Горячее питание для 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Салат картофельный с огурцами	60	0,72	4,70	5,37	68,40
Рассольник Ленинградский	200	1,80	4,20	11,00	90,00
Птица тушеная в соусе	50/50	8,85	7,22	1,93	108,00
Каша рисовая вязкая	150	8,64	11,06	54,30	352,00
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80
Хлеб пшеничный	20	1,18	0,14	6,92	35,06
Хлеб ржаной	30	1,23	0,24	10,57	51,49
Полдник льготной категории 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Каша жидкая молочная из гречневой крупы	200	9,09	12,99	45,16	335,00
Яйца вареные	50	5,08	4,60	0,28	63,00
Хлеб пшеничный	30	1,77	0,22	10,39	52,60
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60