

Утверждаю
Директор

2 дня



25 января 2022 г.

Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Молочная каша геркулес	200	8,31	13,12	37,63	303,00
Яйцо вареное	1	5,08	4,60	0,28	63,00
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Кофейный напиток	200	3,02	2,67	15,94	100,60
Кондитерское изделие	15	0,02	1,43	11,20	37,50
Завтрак льготной категории 5-11 кл (1 смена)					
Молочная каша геркулес	250	8,31	13,12	37,63	303,00
Яйцо вареное	1	5,08	4,60	0,28	63,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Кофейный напиток	200	3,02	2,67	15,94	100,60
Льготный обед с 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Винегрет овощной	60	0,84	6	4,37	75,06
Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,38	93,60
Котлета рублен с соусом	60/30	14,09	7,39	6,09	147,25
Рагу овощное	150	2,89	5,66	20,01	150,15
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8
Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Хлеб ржаной	40	1,68	0,33	14,10	68,97
Льготный обед с 12 лет и старше					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Винегрет овощной	100	1,40	10,00	7,29	125,10
Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,07	13	117,00
Котлета рублен с соусом	75/30	14,09	9,60	7,99	193,26
Рагу овощное	180	3,46	6,79	24,01	180,00
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8
Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,05	23,10	116,90
Хлеб ржаной	60	2,47	0,49	21,15	103,00
Полдник льготной категории 5-11 кл (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Каша гречневая гречневая	180	8,85	9,55	39,86	280,00
Птица тушеная	75/50	13,28	10,84	2,90	162,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Кофейный напиток	200	3,02	2,67	15,94	100,60
Горячее питание для 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Винегрет овощной	60	0,84	6	4,37	75,06
Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,38	93,60
Котлета рублен с соусом	60/30	14,09	7,39	6,09	147,25
Рагу овощное	150	2,89	5,66	20,01	150,15
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8
Кондитерское изделие	15	0,02	1,43	11,20	37,50
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Хлеб ржаной	40	1,68	0,33	14,10	68,97
Полдник льготной категория 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Каша гречневая гречневая	150	8,85	9,55	39,86	280,00
Птица тушеная	50/50	13,28	10,84	2,90	162,00
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Кофейный напиток	200	3,02	2,67	15,94	100,60

Зав. производством: