



29.09.2022

Горячее питание для 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Икра кабачковая	60	1,63	4,31	8,72	80,28
Плов из птицы	200	12,71	7,85	26,80	229,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Завтрак льготной категории 5-11кл (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Плов из птицы	250	15,88	9,81	33,50	286,25
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
Льготный обед с 7-11 лет (1 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	60	0,56	0,05	1,75	10,00
Борщ с капустой и картоф со сметаной	200/10	1,44	3,94	8,75	83,00
Печень по-строгоновски	100	13,26	11,23	3,52	185,00
Картофель пюре	150	3,30	4,80	21,50	141,90
Сок фруктовый	200	0	0	20,2	84,8
Фрукты свежие	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
Огурец консервированный	100	0,80	0,10	0,17	10,00
Борщ с капустой и картоф со сметаной	250/10	1,80	4,92	10,93	103,75
Печень по-строгоновски	150	20,13	6,88	2,75	153,75
Картофель пюре	180	3,96	5,76	25,80	170,28
Сок фруктовый	200	0	0	20,2	84,8
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	23,10	116,90
Хлеб ржаной	60	2,47	0,49	21,15	103,00
Полдник льготной категории 5-11кл (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Икра кабачковая	60	0,98	2,47	4,37	43,74
Каша вязкая рисовая	180	3,78	7,78	39,26	242,00
Птица тушеная	75/50	13,28	10,84	2,90	162,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	18,48	93,52
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,20	84,80
Горячее питание для 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Огурец консервированный	60	0,56	0,05	1,75	10,00
Борщ с капустой и картоф со сметаной	200/10	1,44	3,94	8,75	83,00
Печень по-строгоновски	100	13,26	11,23	3,52	185,00
Картофель пюре	150	3,30	4,80	21,50	141,90
Сок фруктовый	200	0	0	20,2	84,8
Фрукты свежие	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
Полдник льготной категория 7-11 лет (2 смена)					
	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	э/ц ккл
Икра кабачковая	30	0,49	0,03	0,88	5,00
Каша вязкая рисовая	150	3,15	6,48	32,74	201,66
Птица тушеная	50/50	8,80	7,22	1,90	108,00
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	13,86	70,14
Сок фруктовый	200	0	0	20,2	84,8

Зав. производством: