



Меню №4 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	1	7,85
	Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	340	42,33
	Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	495	6,94
	Фрукт яблоко	568	0,4	0,0	28,0	117	458	65,34
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34,0		1,20
	Корж молочный	75						14,80
	<b>Цена завтрака</b>	<b>138,46</b>						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из отварной моркови с огурцом	80	0,9	4,0	3,3	53	21	8,73
	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	142	20,34
	Курица запечённая	90	13,8	13,0	0,0	172	494	30,59
	Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	510	6,35
	Компот из ягод	200	0,2	0,0	16,9	68,0	513	12,90
	Хлеб ржаной	38	0,9	0,5	15,1	69		2,33
	Хлеб пшеничный	58	1,2	0,6	26,4	116		3,68
	Фрукт яблоко свежее	197	0,4	0,0	28,0	117	458	22,70
	<b>Цена обеда</b>	<b>107,62</b>						

Меню №4 от 12 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	1	11,77
	Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	340	39,08
	Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	495	7,43
	Фрукт яблоко	690	0,4	0,0	28,0	117	458	79,33
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		1,20
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39		1,26
<b>Цена завтрака</b>	<b>140,07</b>							
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из отварной моркови с огурцом	100	1,1	5,0	4,1	66	21	10,65
	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	142	21,20
	Курица запечённая	100	17,4	17,0	0,0	223	494	33,94
	Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	510	8,09
	Компот из ягод	200	0,2	0,0	16,9	68	513	12,85
	Хлеб ржаной	61	1,4	0,8	22,7	103		3,70
	Хлеб пшеничный	61	1,2	0,6	26,4	116		3,89
	Сыр порционно	15						11,70
	<b>Цена обеда</b>	<b>106,02</b>						

Диетсестра

Повар

*Зав*

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева