



Меню №7 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	7,91
	Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27,0	198	311	17,26
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,08
	Апельсин свежий	340	0,4	0,0	28,0	117	458	82,96
	Яблоко свежее	221	0,4	0,0	28,0	117	458	25,39
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38		1,32
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		1,26
	Цена завтрака	137,18						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из огурцов с маслом	80	0,7	4,1	1,0	44	14	7,91
	Суп гороховый с мясом и гренками	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196	139	27,00
	Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171	345	21,37
	Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	520	9,29
	Хлеб пшеничный	31	0,6	0,3	13,2	58		2,06
	Хлеб ржаной	24	0,5	0,3	7,6	34		1,50
	Фрукт яблоко свежее	198	0,4	0,0	28,0	117	458	24,60
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	3,49
	Сыр порционно	15						11,70
Цена обеда	108,92							

Меню №7 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	11,86
	Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27,0	198	311	17,26
	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	685	1,58
	Апельсин свежий	340	0,4	0,0	28,0	117	458	82,96
	Яблоко свежее	392	0,4	0,0	28,0	117	458	45,01
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39		1,32
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,33	7,6	34		1,26
	Цена завтрака	161,25						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	14	9,92
	Суп гороховый с мясом и гренками	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196	139	25,20
	Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171	345	23,23
	Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	520	10,05
	Хлеб пшеничный	41	1,2	0,6	26,4	116		2,68
	Хлеб ржаной	40	1,4	0,8	22,7	103		2,50
	Сыр порционно	10						7,80
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	3,45
Цена обеда	84,83							

Диетсестра

Повар

Заг

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева