



Меню №1 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 из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая с маслом	200	7,5	7,7	26,0	203	311	15,29
	Какао с молоком	180	3,1	2,7	12,1	85	496	7,71
	Йогурт	111	4,5	1,7	5,5	55		10,00
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39		1,32
	Фрукт апельсин свежий	315	0,4	0,0	28,0	117	458	70,88
	Фрукт яблоко свежее	268	0,4	0,0	28,0	117	458	30,84
	Цена завтрака	143,95						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из свеклы отварной с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	22	4,57
	Суп с овощами и крупой с мясом	250/10	5,8	4,8	8,3	100	16/2	26,59
	Фрикадельки из птицы	100	10,8	10,9	5,4	162,9	410	41,43
	Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	520	9,16
	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	518	14,22
	Хлеб пшеничный	59	1,2	0,6	26,4	116		3,88
	Хлеб ржаной	37	0,9	0,5	15,1	69		2,31
	Цена обеда	102,16						

Меню №1 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	11,87
	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая с маслом	200	7,5	7,7	26,0	203	311	15,29
	Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110	496	9,04
	Йогурт	111	4,5	1,7	5,5	55		10,01
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39		1,32
	Фрукт банан свежий	316	0,4	0,0	28,0	117	458	61,30
	Фрукт яблоко свежее	294	0,4	0,0	28,0	117	458	33,81
	Цена завтрака	142,64						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из свеклы отварной с чесноком	100	1,4	5,0	6,8	78	22	5,75
	Суп с овощами и крупой с мясом	250/10	5,8	4,8	8,3	100	16/2	26,04
	Фрикадельки из птицы	100	10,8	10,9	5,4	162,9	410	41,41
	Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	520	10,55
	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	518	14,22
	Хлеб пшеничный	43	1,6	0,8	35,2	154		2,81
	Хлеб ржаной	43	1,4	0,8	22,7	103		2,67
	Цена обеда	103,45						

Диетсестра

Л.Ю. Брандт