



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	7,91
	Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	340	43,23
	Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	495	6,94
	Фрукт яблоко	468	0,4	0,0	28,0	117	458	56,16
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34,0		1,26
	Цена завтрака	115,50						
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	6,38
	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	142	21,63
	Курица запечённая	90	13,8	13,0	0,0	172	494	69,08
	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	43	0,9	0,5	15,1	69		2,73
	Хлеб пшеничный	58	1,2	0,6	26,4	116		3,83
	Сыр порционно	10						7,59
	Цена обеда	130,49						

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	11,87
	Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	340	43,26
	Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	495	7,43
	Фрукт яблоко	304	0,4	0,0	28,0	117	458	36,43
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		1,26
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39		1,32
Цена завтрака	101,57							
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	7,61
	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/5	4,4	5,59	7,8	102	142	22,46
	Курица запечённая	100	17,4	17,0	0,0	223	494	77,27
	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	38	1,4	0,8	22,7	103		2,42
	Хлеб пшеничный	38	1,2	0,6	26,4	116		2,54
	Сыр порционно	14						10,84
	Цена обеда	144,08						