

Завтрак

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход		Цена		Жиры, г		Углеводы, г		Калорийность			
		6-10 лет	11-18 лет	6-10 лет	11-18 лет	6-10 лет	11-18 лет	6-10 лет	11-18 лет	6-10 лет	11-18 лет		
98	Котлеты говяжьи	100	120			14,5	14,5	13,9	13,9	252	252		
234	Сметанный соус	30	50			1,0	1,7	1,4	2,4	16	26		
172	Каша гречневая рассыпчатая	180	250			6,8	9,4	45,4	63	288	401		
59	Салат из из моркови с яблоком	80	100			5,7	7,2	7,3	9,1	88	110		
286	Кофейный напиток на молоке	200	200			2,8	2,8	14,9	14,9	94	94		
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	60/40	80/50			1,23	1,5	30,4	49,4	188	232		
Итого завтрак						58,52	68,05	32,03	37,1	113,3	152,7	926	1115

Обед

53	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250			4,5	5,6	6,7	8,4	72,8	91,7		
493	Курица тушеная в соусе	100/50	100/50			24,6	24,6	7,06	7,06	382	382		
211	Макаронные изделия отварные	180	220			4,7	7,2	39,4	48,2	230	259		
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	60/40	80/50			1,23	1,5	30,4	49,4	188	232		
305	Кисель из концентрата	200	200			0	0	20	20	76	76		
Итого обед						87,79	102,06	35,03	38,90	103,56	133,06	948,80	1040,70
Всего за день						80,32	90,21	67,06	76,00	216,86	285,76	1874,80	2155,70

директор  Ж.С. Тетерина