

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		
106	Тефтели из говядины с рисом	100	110			13	16,2	10,7	13,4	197	246		
234	Сметанный соус	50	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		
40	салат овощной с зеленым горошком	80	100			3,6	4,6	8,9	11,1	72	90		
284	Чай с сахаром и лимоном	200	200			0	0	9,1	9,1	37	37		
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	12,63	17,2	95,2	135	601	786

Обед

59	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250			2	2,5	15,04	18,8	88,8	110,8		
118	Рагу овощное с мясом	200	250			17,3	21,6	14	17,5	269	337		
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	60/40	80/50			1,23	1,5	30,4	49,4	188	232		
286	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	200			1,4	1,4	12,5	12,5	66	66		
Итого обед						87,79	102,06	19,93	24,50	56,90	79,40	523,00	635,00
Всего за день								32,56	41,70	152,10	214,40	1124,00	1421,00

директор  Ж.С.Тетерина