

## 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     |            |            |
| 193           | Каша пшеничная молочная жидкая | 180      | 250       |          |           | 8            | 11,1         | 30,7         | 42,6         | 221          | 307           |            |            |
| ГП            | Хлеб пшеничный и ржаной        | 60/40    | 80/50     |          |           | 1,23         | 1,5          | 30,4         | 49,4         | 188          | 232           |            |            |
| 282           | Чай с сахаром                  | 200      | 200       |          |           | 0            | 0            | 9,1          | 9,1          | 35           | 35            |            |            |
| ГП            | Яйцо вареное                   | 40       | 40        |          |           | 9            | 9            | 1            | 1            | 66           | 66            |            |            |
| ГП            | Бутерброд с сыром и маслом     | 80       | 100       |          |           | 8,25         | 8,25         | 15           | 18           | 144          | 164           |            |            |
| Итого завтрак |                                |          |           |          |           | <b>58,52</b> | <b>68,05</b> | <b>22,08</b> | <b>25,45</b> | <b>70,58</b> | <b>101,48</b> | <b>573</b> | <b>703</b> |

## Обед

|               |                             |       |       |  |  |              |               |               |               |                |                |                |                |
|---------------|-----------------------------|-------|-------|--|--|--------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 67            | Суп из овощей               | 200   | 250   |  |  | 3,36         | 4,16          | 8,56          | 10,6          | 70,4           | 88,3           |                |                |
| 92            | Бефстроганов                | 80    | 100   |  |  | 28           | 37,4          | 6             | 9,1           | 366            | 487            |                |                |
| 234           | Сметанный соус              | 30    | 50    |  |  | 1,0          | 1,7           | 1,4           | 2,4           | 16             | 26             |                |                |
| 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            |                |                |
| 292           | Компот из кураги            | 200   | 200   |  |  | 0,1          | 0,1           | 32,4          | 32,4          | 130            | 130            |                |                |
| Итого обед    |                             |       |       |  |  | <b>87,79</b> | <b>102,06</b> | <b>38,39</b>  | <b>52,06</b>  | <b>118,16</b>  | <b>152,10</b>  | <b>1000,40</b> | <b>1222,30</b> |
| Всего за день |                             |       |       |  |  | <b>60,47</b> | <b>77,51</b>  | <b>188,74</b> | <b>253,58</b> | <b>1573,40</b> | <b>1925,30</b> |                |                |

директор

Ж.С.Тетерина

