

Завтрак

| № техн.карты | Наименование блюда | Выход | | Цена | | Жиры, г | | Углеводы, г | | Калорийность | | Белки | |
|---------------|---------------------------------------|---------|----------------|---------|----------------|---------|----------------|-------------|----------------|--------------|----------------|---------|----------------|
| | | 7-11лет | 12лет и старше | 7-11лет | 12лет и старше | 7-11лет | 12лет и старше | 7-11лет | 12лет и старше | 7-11лет | 12лет и старше | 7-11лет | 12лет и старше |
| 98 /234 | Котлета или биточки в сметанном соусе | 150 | 170 | 28 | 30 | 12 | 13 | 16 | 18 | 152 | 155 | 12 | 13 |
| 138 | Картофельное пюре | 180 | 220 | 14 | 16 | 4 | 5 | 22 | 24 | 160 | 162 | 4 | 5 |
| 42 | винегрет овощной | 80 | 100 | 11 | 14 | 2 | 4 | 1 | 3 | 68 | 70 | 2 | 4 |
| 282 | Чай с сахаром | 200 | 200 | 7 | 8 | 0 | 0 | 23 | 23 | 30 | 30 | 0 | 0 |
| ГП | Хлеб пшеничный и ржаной | 100 | 100 | 2 | 4 | 1 | 3 | 21 | 23 | 60 | 64 | 1 | 3 |
| Итого завтрак | | 710 | 790 | 62 | 72 | 19 | 25 | 83 | 91 | 470 | 481 | 19 | 25 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| 56 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 260 | 35 | 39 | 3 | 5 | 25 | 26 | 168 | 170 | 3 | 5 |
| 112 | Плов из говядины | 200 | 250 | 41 | 48 | 20 | 22 | 30 | 38 | 337 | 339 | 20 | 22 |
| 286 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 200 | 12 | 12 | 2 | 2 | 15 | 15 | 90 | 90 | 2 | 2 |
| ГП | Хлеб пшеничный и ржаной | 100 | 120 | 4 | 8 | 0 | 0 | 33 | 34 | 110 | 114 | 0 | 0 |
| Итого обед | | 750 | 830 | 92,00 | 107,00 | 25,00 | 29,00 | 103,00 | 113,00 | 705,00 | 713,00 | 25,00 | 29,00 |
| Всего за день | | | | | | | | | | | | | |

Директор Ж.С.Тетерина

