

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
54	Рассольник "Ленинградский"	200	250			4,16	5,16	12,32	15,41	95,2	118,3
282	Чай с сахаром	200	200			0	0	9,1	9,1	35	35
ГП	манник	100	100			1,2	1,2	71,2	71,2	339	339
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	60/40	80/50			1,23	1,5	30,4	49,4	188	232
Итого завтрак						6,59	7,86	123,02	145,11	657,2	724,3

Обед

67	Суп из овощей	200	250			3,36	4,16	8,56	10,6	70,4	88,3
98	Котлеты говяжьи	80	80			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
ГП	Хлеб пшеничный и ржаной	60/40	80/50			1,23	1,5	30,4	49,4	188	232
286	Кофейный напиток на молоке	200	200			2,8	2,8	14,9	14,9	94	94
Итого обед						29,69	34,06	114,56	154,20	908,40	1093,30
Всего за день						36,28	41,92	237,58	299,31	1565,60	1817,60

