



Меню №4 от 7 до 11 лет

ОБЕД	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат из отварной моркови с огурцом	80	0,9	4,0	3,3	53	21	8,49
	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	142	23,67
	Курица запеченная	90	13,8	13,0	0,0	172,0	494	61,47
	Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160,0	510	6,35
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63,0	508	3,49
	Хлеб ржаной	41	0,9	0,5	15,1	69		2,45
	Хлеб пшеничный	57	1,2	0,6	26,4	116		3,61
	Цена завтрака	109,53						

Меню №4 от 12 лет

ОБЕД	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат из отварной моркови с огурцом	80	0,9	4,0	3,3	53	21	8,93
	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	142	21,78
	Курица запеченная	90	17,4	17,0	0,0	223,0	494	61,02
	Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191,0	510	8,09
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	15,2	63	508	3,45
	Хлеб ржаной	38	1,4	0,8	22,7	103		2,25
	Хлеб пшеничный	38	1,2	0,6	26,4	116		2,37
	Цена завтрака	107,89						

Диетсестра

Повар

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева