



Меню №12 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат из моркови с изюмом	80	1,0	0,1	12,8	55,8	10	7,54
	Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	437	39,66
	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,1	6,6	32,0	199,7	508	14,29
	Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	642	10,44
	Йогурт	123	1,8	1,5	4,5	38,7		11,59
	Хлеб пшеничный	21	1	0,3	8,1	38,9		1,27
	Хлеб ржаной	21	0,7	0,1	9,4	41,3		1,21
	Цена завтрака	86,00						

Меню №12 от 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат из моркови с изюмом	100	1,2	0,1	15	65,7	10	7,06
	Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	437	37,35
	Каша гречневая рассыпчатая	180	3,7	7,9	50	285,9	508	15,30
	Какао с молоком	200	3,4	3,2	21,2	127,2	642	10,15
	Йогурт	128	1,8	1,5	4,5	38,7		8,22
	Хлеб пшеничный	18	1	0,3	8,1	38,9		1,12
	Хлеб ржаной	18	0,7	0,1	9,4	41,3		1,06
	Цена завтрака	80,26						

Диетсестра

Повар

Завтрак

Л.Ю.Брандт

О.М. Заваруева