



Меню №4 от 7 до 11 лет

| Горячий завтрак | Наименование блюд | Выход | Белки | Жиры | Углев. | Энер.цен. | Номер рецепт | Цена блюда |
|----------------------|--------------------------------|-------|-------|------|--------|-----------|--------------|------------|
| | Салат из моркови с яйцом | 80 | 4,2 | 6,9 | 4,3 | 96,0 | 12 | 13,08 |
| | Курица запеченная | 90 | 13,8 | 13,0 | 0,0 | 172,0 | 494 | 44,75 |
| | Каша гречневая вязкая отварная | 150 | 4,3 | 5,1 | 24,3 | 160,0 | 510 | 8,58 |
| | Компот из ягод | 200 | 0,2 | 0,0 | 16,9 | 68,0 | 513 | 12,17 |
| | Хлеб ржаной | 19 | 0,5 | 0,3 | 7,6 | 34,0 | | 1,13 |
| | Хлеб пшеничный | 19 | 0,4 | 0,2 | 8,8 | 39,0 | | 1,19 |
| | НАДБАВКА: | | | | | | | |
| | Апельсин свежий | 220 | 0,3 | 0,0 | 14,2 | 58 | 458 | 35,62 |
| | Банан свежий | 211 | 0,3 | 0,0 | 14,2 | 58 | 458 | 25,35 |
| Цена завтрака | 80,90 + 60,97 | | | | | | | |

Меню №4 от 11 лет

| Горячий завтрак | Наименование блюд | Выход | Белки | Жиры | Углев. | Энер.цен. | Номер рецепт | Цена блюда |
|----------------------|--------------------------------|-------|-------|------|--------|-----------|--------------|------------|
| | Салат из моркови с яйцом | 80 | 5,2 | 8,6 | 5,4 | 120,0 | 12 | 9,66 |
| | Курица запеченная | 100 | 17,4 | 17,0 | 0,0 | 223,0 | 494 | 49,30 |
| | Каша гречневая вязкая отварная | 180 | 4,8 | 6,1 | 29,2 | 191,0 | 510 | 9,58 |
| | Компот из ягод | 200 | 0,2 | 0,0 | 16,9 | 68,0 | 513 | 8,56 |
| | Хлеб ржаной | 23 | 0,5 | 0,3 | 7,6 | 34,0 | | 1,35 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77,0 | | 2,49 |
| | НАДБАВКА: | | | | | | | |
| | Апельсин свежий | 215 | 0,3 | 0,0 | 14,2 | 58 | 458 | 34,83 |
| | Яблоко свежее | 123 | 0,3 | 0,0 | 14,2 | 58 | 458 | 11,76 |
| Цена завтрака | 80,94 + 46,59 | | | | | | | |

Диетсестра

Повар

Зав

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева