



Меню №10 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из свежих помидоров	80	1,0	4,1	3,3	54	22	13,20
	«Ёжики из мяса с рисом, с соусом	100	6,1	11,7	7,4	159	390	28,32
	Макаронные изделия отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	516	8,75
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,0	23,0	93	518	12,24
	Хлеб пшеничный	19	0,4	0,2	8,8	39		1,18
	Хлеб ржаной	19	0,5	0,3	7,6	34		1,12
	Сыр порционно	25						14,85
	Надбавка:							
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,0	23,0	93,00	518	25,00
	Апельсин свежий	463	0,4	0,0	28,0	117	458	75,00
Цена завтрака	79,66 + 100,00							
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с сыром	30/30	5,7	6,2	7,2	107	3	19,83
	Каша рисовая жидкая с маслом	200/5	6,4	7,2	27,0	198	311	15,27
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8	685	1,22
	Хлеб пшеничный	30	1,5	0,4	12,2	58,4		1,86
	Хлеб ржаной	22	0,7	0,1	9,4	41,3		1,29
	Апельсин свежий	435	0,4	0,0	28,0	117	458	70,47
	Цена обеда	109,94						

Меню №10 от 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из свежих помидоров	100	1,2	5,1	4,1	67	22	14,52
	«Ёжики» из мяса с рисом, с соусом	120	7,3	14,0	8,9	191	390	32,75
	Макаронные изделия отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	516	10,51
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,0	23,0	93	518	12,24
	Хлеб пшеничный	23	0,4	0,2	8,8	39		1,42
	Хлеб ржаной	23	0,5	0,3	7,6	34		1,35
	Йогурт	115	4,5	2,5	6,8	68		7,47
	Цена завтрака	80,26						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с сыром	25/25	7,2	7,8	11,9	147	3	17,21
	Каша рисовая жидкая с маслом	200/5	6,4	7,2	27,0	198	311	15,03
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,0	48,8	685	1,67
	Хлеб пшеничный	20	2,0	0,6	16,2	77,8		1,24
	Хлеб ржаной	22	1,4	0,2	18,8	81,0		1,29
	Апельсин свежий	450	0,4	0,0	28,0	117	458	72,90
	Цена обеда	109,34						

Диетсестра

Л.Ю. Брандт

Повар

О.М. Заворуева