

не утешив (активирован. деп.)



Сальникова  
декабрь 2022

Меню №5 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат витаминный	80	0,9	4,0	4,7	58	2	7,14
	Рыба запечённая	90	13,1	10,5	2,8	158,0	310	21,85
	Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148,0	512	9,71
	Хлеб пшеничный	21	0,4	0,2	8,8	39,0		1,33
	Хлеб ржаной	21	0,5	0,3	7,6	34,0		1,26
	Сок яблочный	200	0,5	0,0	34,0	138,0	518	12,24
	Банан свежий	185	0,4	0,0	28,0	117	458	24,44
	Цена завтрака	77,97						

Меню №5 от 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецепт	Цена блюда
	Салат витаминный	100	1,1	5,0	5,3	71,0	2	7,37
	Рыба запечённая	100	15,5	12,9	3,1	191,0	370	24,43
	Рис припущенный	180	3,5	4,4	30,5	176	512	9,40
	Хлеб пшеничный	24	0,4	0,2	8,8	39,0		1,46
	Хлеб ржаной	24	0,5	0,3	7,6	34,0		1,38
	Сок яблочный	200	0,5	0,0	34,0	138,0	518	12,24
	Сыр порционно	25						14,50
	Йогурт	118	4,5	1,7	5,5	55,0		7,65
	Цена завтрака	78,43						

Диетсестра  
Повар

Л.Ю. Брандт  
О.М. Заворуева