



Меню №5 от 7 до 11 лет

не угасает (не угасает)

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	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	180	0,4	0,0	28,0	117	458	23,61
	НАДБАВКА:							
	Апельсин свежий	491	0,4	0,0	28,0	117	458	79,58
Цена завтрака	77,14 + 79,58							
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10	5,8	6,4	7,9	112,4	1	10,41
	Каша пшенная	200/5	4,8	6,9	28,0	193,3	311	9,86
	Кофейный напиток	200	1,9	2,3	16,2	93	500	8,09
	Фрукт апельсин	483	0,4	0,0	28,0	117	458	78,46
	Хлеб пшеничный	40	2,0	0,6	16,2	77,8		2,48
	Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	81,0		2,35
	Цена обеда	111,65						

Меню №5 от 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат витаминный	100	1,1	5,0	5,3	71,0	2	7,49
	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		7,83
	НАДБАВКА:							
	Апельсин свежий	251	0,4	0,0	28,0	117	458	40,69
	Яблоко свежее	173	0,2	0,0	14,2	28	458	16,63
	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	28,0	117	518	25,00
Цена завтрака	78,73							
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10	5,8	6,4	7,9	112,4	1	10,35
	Каша пшенная	200/5	4,8	6,9	28,0	193,3	311	9,86
	Кофейный напиток	200	1,9	2,3	16,2	93	500	8,09
	Фрукт апельсин	482	0,4	0,0	28,0	117	458	78,03
	Хлеб пшеничный	40	2,0	0,6	16,2	77,8		2,48
	Хлеб ржаной	29	1,4	0,2	18,8	81,0		2,07
	Цена обеда	110,88						

Диетсестра

Б

Л.Ю. Брандт

Повар

Зак

О.М. Заворуева