



Меню №5 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	3	14,37
	Каша пшеничная жидкая	200	7,5	6,2	20,8	169	264	16,33
	Чай с лимоном	200	0,1	0,0	13,5	54	686	2,03
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38		1,26
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		1,20
	Апельсин свежий	458	0,4	0,0	28,0	117	458	67,60
	Яблоко свежее	303	0,4	0,0	28,0	117	458	33,35
	Цена завтрака	136,14						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	80	0,7	4,0	2,5	49	14	17,44
	Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	5,0	6,3	14,4	134	129	24,79
	Рыба запечённая	90	13,1	10,5	2,8	158	310	23,90
	Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	512	7,57
	Хлеб пшеничный	38	0,8	0,4	17,6	77		2,36
	Хлеб ржаной	31	0,7	0,4	11,3	51		1,87
	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	518	14,00
	Фрукт яблоко	164	0,3	0,0	14,2	58	458	18,01
Цена обеда	109,94							

Меню №5 от 12 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	3	18,27
	Каша пшеничная жидкая	200	7,5	6,2	20,8	169	264	16,28
	Чай с лимоном	200	0,1	0,0	13,5	54	686	2,34
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39		1,26
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		1,20
	Апельсин свежий	458	0,4	0,0	28,0	117	458	67,60
	Яблоко свежее	283	0,4	0,0	28,0	117	458	31,16
Цена завтрака	138,11							
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61	14	21,79
	Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	5,0	6,3	14,4	134	129	27,80
	Рыба запечённая	100	15,5	12,9	3,1	191	310	27,67
	Рис припущенный	180	3,5	4,4	30,5	176	512	9,06
	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	518	14,00
	Хлеб пшеничный	63	1,2	0,6	26,4	116		3,93
	Хлеб ржаной	63	1,4	0,8	22,7	103		3,74
Цена обеда	107,99							

Диетсестра

Л.Ю. Брандт

Повар

О.М. Заворуева