



Меню №9 от 7 до 11 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	1	7,85
	Каша ячневая жидкая	200	7,6	8,2	20,7	187	311	15,38
	Какао с молоком	180	3,1	2,7	12,1	85	496	7,96
	Йогурт	100	4,5	1,7	5,5	55		9,00
	Яблоко свежее	768	0,4	0,0	28,0	117	458	86,76
	Цена завтрака	126,95						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из капусты белокочанной с морковью	100	1,6	2,5	9,7	90	4	6,81
	Суп с рыбными фрикадельками	250/100	12,9	7,2	20,6	199	149	38,70
	Жаркое из птицы	200	17,5	11,5	16,2	238	443	28,29
	Компот из ягод	200	0,2	0,0	16,9	68	513	12,90
	Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77		2,50
	Хлеб ржаной	32	0,7	0,4	11,3	51		1,90
	Фрукт апельсин свежий	214	0,4	0,0	28,0	117	458	28,07
	Цена обеда	119,17						

Меню №9 от 12 лет

Горячий завтрак	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	1	11,78
	Каша ячневая жидкая	200	7,6	8,2	20,7	187	311	15,33
	Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110	496	9,37
	Йогурт	100	4,5	1,7	5,5	55		9,00
	Яблоко свежее	803	0,4	0,0	28,0	117	458	90,74
	Цена завтрака	136,22						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат из капусты белокочанной с морковью	100	1,6	5,0	9,7	90	4	7,16
	Суп с рыбными фрикадельками	250/100	12,9	7,2	20,6	199	149	32,41
	Жаркое из птицы	280	21,8	16,8	18,4	312	443	49,89
	Компот из ягод	200	0,2	0,0	16,9	68	513	13,11
	Хлеб пшеничный	60	1,2	0,6	26,4	116		3,75
	Хлеб ржаной	60	1,4	0,8	22,7	1103		3,56
	Цена обеда	109,88						

Диетсестра

Л.Ю. Брандт

Повар

О.М. Заворуева