



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	16,31
	Чай с лимоном	200	0,1	0,0	13,5	54	686	2,05
	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	438	0,4	0,0	28,0	117	458	54,75
	Яблоко свежее	479	0,4	0,0	28,0	117	458	52,69
	Цена завтрака	142,63						
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	14/1	13,31
	Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	5,0	6,3	14,4	134	129	25,39
	Рыба запечённая	90	13,1	10,5	2,8	158	310	23,16
	Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	512	7,56
	Хлеб пшеничный	42	0,8	0,4	17,6	77		2,65
	Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51		1,80
	Сок в ассортименте	200	0,5	0,0	34,0	138	518	14,00
	Сыр порционно	20						15,60
	Цена обеда	103,47						

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	16,23
	Чай с лимоном	200	0,1	0,0	13,5	54	686	2,54
	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	438	0,4	0,0	28,0	117	458	54,75
	Яблоко свежее	401	0,4	0,0	28,0	117	458	44,15
	Цена завтрака	138,40						
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Нарезка из свежих огурцов с маслом растительным	100	0,9	5,0	3,1	61	14/1	15,65
	Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	5,0	6,3	14,4	134	129	24,69
	Рыба запечённая	100	15,5	12,9	3,1	191	310	26,12
	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	13,66
	Хлеб пшеничный	59	1,2	0,6	26,4	116		3,66
	Хлеб ржаной	59	1,4	0,8	22,7	103		3,48
	Сыр порционно	15						11,38
Цена обеда	107,70							

Диетсестра

Повар

Зав

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева