



Меню №10 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
	Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	164	12,79
	Чай с лимоном	200	0,1	0,0	13,5	54	686	2,05
	Апельсин свежий	354	0,4	0,0	28,0	117	458	44,32
	Яблоко свежее	561	0,4	0,0	28,0	117	458	61,71
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38		1,26
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		1,20
Цена завтрака	137,70							
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат Любительский	80	2,2	4,0	4,7	64	4	9,38
	Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	132	19,83
	«Ёжики» из мяса с рисом, с соусом	100	6,1	11,7	7,4	159	390	34,93
	Макаронные изделия отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	516	5,30
	Сок в ассортименте	200	0,3	0,0	22,0	89	518	14,00
	Хлеб пшеничный	42	0,8	0,4	17,6	77		2,65
	Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51		1,80
	Фрукт яблоко свежее	187	0,4	0,0	28,0	117	458	20,54
	Цена обеда	108,43						

Меню №10 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
	Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	164	12,80
	Чай с лимоном	200	0,1	0,0	13,5	54	686	2,54
	Апельсин свежий	490	0,4	0,0	28,0	117	458	61,18
	Яблоко свежее	374	0,4	0,0	28,0	117	458	41,14
	Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39		1,26
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34		1,20
Цена завтрака	138,39							
Обед	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углев.	Энер.цен.	Номер рецептуры	Цена блюда
	Салат Любительский	100	2,9	5,1	4,1	67	22	11,88
	Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	132	19,83
	«Ёжики» из мяса с рисом, с соусом	120	7,3	14,0	8,9	191	390	38,19
	Макаронные изделия отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	516	6,44
	Сок в ассортименте	200	0,3	0,0	22,0	89	518	14,00
	Хлеб пшеничный	61	1,2	0,6	26,4	116		3,84
	Хлеб ржаной	61	1,4	0,8	22,7	103		3,65
	Сыр порционно	13						9,88
	Цена обеда	107,71						

Диетестра

Повар

Зав

Л.Ю. Брандт

О.М. Заворуева