

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Бутерброд с сыром	0,9	0,1	3,0	16,3	20/16	11,24
Ватрушка Царская	15,5	12,9	31,7	304,8	180/20	56,19
Чай с сахаром	0,1	0,0	15,1	61	200	0.72
Апельсин	0,4	0,0	14,4	95,3	202	25,85
						94,00

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Б	Ж	У	ЭЦ ккал	выход	сумма
Горячий завтрак						
Винегрет овощной	1,2	4,0	11,9	88	80	9,54
Суп с фрикадельками	6,7	5,5	18,4	150	250/20	14,87
Кура запечёная	12,5	13,7	36,5	319,3	200	35,94
Гречка отварная	0,5	0,2	23,1	96,2	200	4,97
Нектар «Мой»					200	14,50
Яблоко	0,4	0,0	14,4	95,3	160	13.60
Хлеб ржаной	1,4	0,2	18,8	81,6	20	0,92
Хлеб пшеничный	1,0	0,3	8,1	38,9	30	1,26
						95,60

Повар



Елхова А.А