



Завтрак

	Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход,	Содержание основных питательных веществ			
				7-11 лет			
				белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, к кал
	Фрукт	97	1/100	0,8	0,8	19,6	94
	Творожная запеканка	80	1/160	15,2	10,0	14,8	212,50
	Кофейный напиток с молоком	395	1/200	2,85	2,41	14,36	91
	Масло сливочное	41	1/10	0,0	8,20	0,10	75,00
	Хлеб пшеничный		1/40	2,4	0,3	12,6	64,2
				21.25	33.06	61.46	279.3

Обед

	Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход, г. 7-11 лет	Выход, г. 11-18 лет	Содержание основных питательных веществ			
					7-11 лет			
					белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, к кал
	Винегрет овощной	45	1/60	1/100	0,82	3,71	5,06	56,88
	Щи из свежей капусты с мясом	439	1/250	1/300	14,6	3,3	26,7	274
	Сосиска отварная	536	1/75	1/75	7,8	15,00	15,90	168,00
	Гороховое пюре	50	1/150	1/200	46,3	3,5	18,8	170
	Чай с сахаром	943	200/15	200/15	0,20	0,00	14,00	28,00
	Хлеб ржаной		1/80	1/120	1,9	0,3	20	86
					71.62	10.96	66.8	782.8