


Завтрак

	Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход,	Содержание основных питательных веществ			
				7-11 лет			
				белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, к кал
	Биточки (мясо или птица)	608	1/80	12,44	9,24	2,56	183,00
	Рис отварной	304	1\150	8,73	14,61	75,0	447,70
	Фрукт	97	1/100	0,8	0,8	19,6	94
	Сок	693	1/200	1	0,00	21,2	88
	Хлеб пшеничный		1/40	2,4	0,3	12,6	64,2
				25.37	24.95	130.96	876.9

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
	Салат из свежей капусты	79	1/60	1/100	1,56	3,00	1,86	41,40
	Суп крестьянский	201	1/250	1/300	5,99	7,54	15,53	148,28
	Гуляш из говядины	591	1/100	1/150	23,80	19,52	5,74	203,00
	Гречка рассыпчатая	679	1/150	1/200	7,46	5,61	35,84	230,45
	Кисель	10	1/200	1/200	0,00	0,00	18,00	60,00
	Хлеб ржаной		1/80	1/120	1,9	0,3	20	86
					40.71	35.97	91.23	769.13