


Завтрак

	Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход,	Содержание основных питательных веществ			
				7-11 лет			
				белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, к кал
	П молочный омишелевый	93	1/200	5,75	5,21	18,84	145,20
	сло сливочное	41	1/10	0,00	8,20	0,10	75,00
	й с сахаром	943	200/15	0,20	0,00	14,00	28,00
	р	42	1/20	4,64	5,9	0,00	72,8
	Фрукт	97	1/100	0,8	0,8	19,6	94
	Хлеб пшеничный		1/40	2,4	0,3	12,6	64,2
		93	1/200	13.79	20.41	65.14	479.2

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 красной свеклы с зеленым горошком с р/м	34	1/60	1/100	1,00	2,51	4,92	46,26
	Щи из свежей капусты	439	1/250	1/300	14,6	3,3	26,7	274,00
	Рыба тушеный в томатном соусе с овощами	486	1/85	1/100	15,72	8,90	7,40	170,00
	Картофельное пюре	694	1/150	1/200	3,15	7,95	22,05	112,50
	Кисель	10	1/200	1/200	0,0	0,00	18,00	60,00
	Хлеб ржаной		1/80	1/120	1,9	0,3	20	86
					35,37	20,45	99,07	748,76