


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
	Хлеб пшеничный		1/40	2,4	0,3	12,6	64,2

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
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 шт	1 шт	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