

Завтрак

	Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход,	Содержание основных питательных веществ			
				7-11 лет			
				белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, к кал
	Каша овсяная молочная	17	1/200	6,35	8,51	21,86	187
	Фрукт	97	1/100	0,8	0,8	19,6	94
	Какао с молоком	959	200/15/ 2	3,52	3,72	25,49	145,20
	Сыр	42	1/30	6,96	8,85	0,00	109,20
	Хлеб пшеничный		1/40	2,4	0,3	12,6	64,2
				16.04	20.05	74.09	552.85

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 зел/ горош.р/м	34	1/60	1/100	1,00	2,51	4,92	46,26
	Суп рисовый с говядиной	204	1/250	1/300	6,18	3,30	14,65	113,00
	Макароны отварные	688	1/150	1/200	5,10	7,50	28,50	202,50
	Котлета	608	1/80	1/100	12,44	9,24	12,56	183,00
	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
					26.82	22.85	112.63	718.76