



Завтрак

	Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход,	Содержание основных питательных веществ			
				7-11 лет			
				белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, к кал
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	679	5/150	7,46	5,61	35,84	230,45
	Сосиска отварная	536	1 шт	7,80	15,00	15,90	168,00
	Чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00
	Сливочное масло	41	1/10	0,00	8,20	0,10	75,00
	Хлеб пшеничный		1/40	2,4	0,3	12,6	64,2
	Фрукт		200	0,8	0,8	19,6	94
				18,66	29,91	98,04	658,65

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 с растительным маслом	79	1/60	1/100	1,56	3,00	1,86	41,40
	Суп гороховый	138	1/250	1/250	5,14	5,45	26,91	413,7
	Гуляш из говядины	589	1/100	1/100	23,80	19,52	5,74	203,00
	Макароны отварные	688	1/150	1/150	5,10	7,50	28,50	202,50
	Компот из сухофруктов	868	1/200	1/200	0,4	0,00	24,76	94,20
	Хлеб ржаной		1/80	1/120	1,9	0,3	20	86
					37,9	35,77	107,73	1040,8