

Завтрак

	Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход,	Содержание основных питательных веществ			
				7-11 лет			
				белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, к кал
	Каша рисовая вязкая мол.с маслом и сахаром	168	1/210	3,09	4,07	36,97	197,0
	Печенье	773	1/50	5.0	10,5	9,5	150.0
	Фрукт	97	1/200	0,8	0,8	19.6	94
	Чай	943	200/15/ 1	0,20	0,00	14,00	28,00
					9,09	15,37	80,07

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 свежих помидор с луком	14	1/60	1/100	0,68	3,71	2,83	47,46
	Суп гороховый	138	1/250	1/300	5,14	5,45	26,91	413,70
	Рыба тушеная с овощами	486	1/85	1/100	15,72	8,9	7,40	170,00
	Картофельное пюре	694	1/150	1/200	3,15	7,95	22,05	112,5
	Компот из сухофруктов	868	1/200	1/200	0,04	0,00	24,76	94,20
	Хлеб ржаной		1/80	1/120	1,9	0,3	20	86
					26.63	26.31	103.95	923.86