



О. А. Лушник

7 день

| Завтрак для 1-4 классов (горячее питание) 1 смена | | | | | | Стоимость 73,71р |
|---|-------|-------|-------|----------|---------|------------------|
| Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | э/ц ккл | |
| Огурец свежий | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,20 | |
| Печень по-строгановски 50/50 | 100 | 13,26 | 11,23 | 3,52 | 185,00 | |
| Картофельное пюре | 150 | 3,25 | 4,34 | 22,05 | 140,69 | |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,20 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94,00 | |
| Чай с молоком | 200 | 1,16 | 1,00 | 11,90 | 61,50 | |
| Фрукт свежий () | 100 | 0,35 | 0,35 | 8,62 | 41,36 | |
| Завтрак для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена | | | | | | Стоимость 50,0р |
| Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | э/ц ккл | |
| Огурец свежий | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,51 | 3,90 | |
| Печень по-строгановски 50/50 | 100 | 13,26 | 11,23 | 3,52 | 185,00 | |
| Картофельное пюре | 150 | 3,25 | 4,34 | 22,05 | 140,69 | |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,20 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94,00 | |
| Чай с молоком | 200 | 1,16 | 1,00 | 11,90 | 61,50 | |
| Обед для 1-4 классов (льготной категории) 1 смена | | | | | | Стоимость 80,0р |
| Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | э/ц ккл | |
| Салат из свеклы с сыром | 60 | 2,14 | 7,81 | 4,42 | 96,92 | |
| Суп картофельный с горохом | 200 | 4,70 | 4,44 | 15,42 | 120,68 | |
| Котлета рублен из птицы с соусом 70/30 | 100 | 13,28 | 5,54 | 13,22 | 154,64 | |
| Каша гречневая | 150 | 6,34 | 4,91 | 28,61 | 183,75 | |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 12,65 | 68,77 | |
| Фрукт свежий () | 100 | 0,35 | 0,35 | 8,62 | 41,36 | |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94,00 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 34,80 | |
| Обед для 5-11 классов (льготной категории) 1 смена | | | | | | Стоимость 80,0р |
| Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | э/ц ккл | |
| Салат из свеклы с сыром | 100 | 3,56 | 13,01 | 7,36 | 161,50 | |
| Суп картофельный с горохом | 250 | 5,89 | 5,55 | 19,36 | 151,28 | |
| Котлета рублен из птицы с соусом 70/30 | 100 | 13,28 | 5,54 | 13,22 | 154,64 | |
| Каша гречневая | 180 | 7,60 | 5,90 | 34,33 | 220,49 | |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 12,65 | 68,77 | |
| Фрукт свежий () | 100 | 0,35 | 0,35 | 8,62 | 41,36 | |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 34,80 | |

Запрощено