



6 день

| Завтрак для 1-4 классов | | | | Стоимость | |
|--------------------------------------|-------|-------|-------|-----------|----------|
| Наименование блюд | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Э/ц Ккал |
| Омлет | 150 | 14,80 | 17,60 | 12,80 | 312,50 |
| Горошек консервированный | 30 | 0,93 | 0,06 | 23,90 | 24,12 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 |
| Яблоки | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 6,99 | 27,93 |
| Завтрак для 5-11 классов | | | | Стоимость | |
| Наименование блюд | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Э/ц Ккал |
| Омлет | 150 | 14,80 | 17,60 | 12,80 | 312,50 |
| Горошек консервированный | 50 | 1,55 | 0,10 | 39,80 | 40,20 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,50 |
| Яблоки | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 6,99 | 27,93 |
| Обед для 1-4 классов 1,2 смены | | | | Стоимость | |
| Наименование блюд | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Э/ц Ккал |
| Овощи натуральные соленые (помидоры) | 60 | 0,66 | 0,06 | 0,96 | 9,60 |
| Щи из свежей капусты | 200 | 1,13 | 6,48 | 18,86 | 112,50 |
| Пельмени со сметаной 200/5 | 205 | 18,91 | 18,90 | 46,90 | 429,58 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94,00 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,20 |
| Сок | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 |
| Обед для 5-11 классов 1,2 смены | | | | Стоимость | |
| Наименование блюд | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Э/ц Ккал |
| Овощи натуральные соленые (помидоры) | 100 | 1,10 | 0,10 | 1,60 | 16,00 |
| Щи из свежей капусты | 250 | 1,80 | 8,10 | 23,58 | 152,62 |
| Пельмени со сметаной 200/5 | 205 | 18,91 | 18,90 | 46,90 | 429,58 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94,00 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 34,80 |
| Сок | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 |
| Полдник для 1-4 классов | | | | Стоимость | |
| Наименование блюд | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Э/ц Ккал |
| Каша манная молочная | 150 | 5,43 | 4,86 | 26,86 | 173,69 |
| Масло сливочное. | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| Какао с молоком | 200 | 3,58 | 2,85 | 14,71 | 100,06 |
| Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Полдник для 5-11 классов | | | | Стоимость | |
| Наименование блюд | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Э/ц Ккал |
| Каша манная молочная | 150 | 5,43 | 4,86 | 26,86 | 173,69 |
| Масло сливочное. | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,10 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 |
| Какао с молоком | 200 | 3,58 | 2,85 | 14,71 | 100,06 |
| Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |