

« 09 » февраля 2024 г.

Утверждаю: директор школы Мер Н.В.Малахова

Завтрак, платно 7 лет и старше

№ п/п	Наименование блюда	Выход, в граммах	Ккал	Б	Ж	У
1.	Каша рисовая молочная	200	246			
2.	Чай с сахаром	200	55			
3.	Батон витаминизирован.	30	288			
4.						

Обед, платно, 12 лет и старше, сотрудники

№ п/п	Наименование блюда	Выход, в граммах	Ккал	Б	Ж	У
1.	Макаронные изделия отвар.	180	185			
2.	Бедро куриное отварное	100	283			
3.	Чай с сахаром	200	89			
4.	Хлеб пшеничный	80	158			

Завтрак, бесплатно, 7 – 11 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход, в граммах	Ккал	Б	Ж	У
9.	Макаронные изделия отвар.	150	185.	1	3,8	32,4
10.	Бедро куриное отварное	100	283.	1,95	13,46	10,7
11.	Чашки из свежих яблок	200	89.	0,15	0,14	21,7
12.	Хлеб пшеничный	60	158	8,1	1	10,9.
13.	Хлеб ржовый	30	85	8	1,3	8
4.						

Завтрак, бесплатно, с 12 лет и старше

№ п/п	Наименование блюда	Выход, в граммах	Ккал	Б	Ж	У
9.	Макаронные изделия отвар.	180	185	1	3,8	32,4
10.	Бедро куриное отварное	100	283	1,95	13,46	10,7.
11.	Чашки из свежих яблок	200	89	0,15	0,14	21,7.
12.	Хлеб пшеничный	60	158	8,1	1	10,9
13.	Хлеб ржовый	20	85	8	1,3	8.
14.						