

« 04 » октября 2023 г.

Утверждаю: директор школы *Е.И. Парадеева*

Завтрак, платно, 7 лет и старше

№ п/п	Наименование блюда	Выход, в граммах	Ккал	Б	Ж	У
1.	Фанна куриная мясная	200	107	3,1	6,7	8,6
2.	Чай с сахаром	200	55	0	0	13,6
3.	Батон витаминизированный	30	288	8,3	3,5	57
4.						

Обед, платно, 12 лет и старше, сотрудники

№ п/п	Наименование блюда	Выход, в граммах	Ккал	Б	Ж	У
1.	Рис отварной	180	202,3	3,6	4,8	36,3
2.	Рыба отварная		45	16,9	0,8	0
3.	Чай с сахаром	200	55	0	0	13,6
4.	Хлеб пшеничный	60	158	8,1	1	10,9

Обед, бесплатно, 7 – 11 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход, в граммах	Ккал	Б	Ж	У
9.	Рис отварной	150	39,3	2,1	16,46	43,1
10.	Рыба отварная	70	45	0,85	0,8	0
11.	Фанна из свежих овощей	200	89	0,15	0,14	21,7
12.	Хлеб пшеничный	60	158	8,1	1	10,9
13.	Хлеб чурочки	20	85	8	1,3	8
14.						

Обед, бесплатно, с 12 лет и старше

№ п/п	Наименование блюда	Выход, в граммах	Ккал	Б	Ж	У
9.	Рис отварной	180	39,3	3,6	4,8	36,3
10.	Рыба отварная		45	16,9	0,8	0
11.	Фанна из свежих овощей	200	89	0,15	0,14	21,7
12.	Хлеб пшеничный	60	158	8,1	1	10,9
13.	Хлеб чурочки	20	85	8	1,3	8
14.						