

приятного аппетита!



# меню школьника

Наименование блюд	для 1–4 классов			для 5–11 классов		
	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
<b>Завтрак</b>						
Яблоко	100	28,57	47	100	28,57	47
Биточки из курицы	90	41,4	242,31	100	48,71	269,23
Рагу овощное	150	27,64	160,95	180	32,25	193,14
Какао на молоке 200/11	200	14,95	109,45	200	14,95	109,45
Хлеб пшеничный	40	5,29	94	40	5,29	94
<b>итого завтрак</b>	<b>580</b>	<b>117,85</b>	<b>653,71</b>	<b>620</b>	<b>129,77</b>	<b>712,82</b>
<b>Обед</b>						
	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Салат из морской капусты и моркови с яйцом	60	9,03	86,2	100	12,21	96,7
Суп картофельный с мясными фрикадельками	220	40,58	149,67	270	45,25	183,68
Жаркое по -домашнему с мясом говядины	240	109,69	363,39	280	128,04	423,95
Морс из брусники 200/11	200	9,35	53,09	200	9,35	53,09
Хлеб ржано-пшеничный	20	2,24	39,6	30	3,38	59,4
Хлеб пшеничный	50	6,60	117,5	60	7,91	141
<b>итого обед</b>	<b>790</b>	<b>177,49</b>	<b>809,45</b>	<b>940</b>	<b>206,14</b>	<b>957,82</b>
<b>Полдник</b>						
	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Ватрушка с творогом	75	52,99	261,29			
чай с сахаром и лимоном	200	4,12	47,79			
Апельсин	150	36,97	64,5			
<b>итого полдник</b>	<b>425</b>	<b>94,08</b>	<b>373,58</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>
<b>Итого за день ккал</b>			<b>1837</b>			<b>1671</b>

Калькулятор Е.В. Потапович

Зав. Производством \_\_\_\_\_

