



Карпенко И.А.

	Выход блюдов(г) 7-11 лет	Энергет. ценность (ккал) 7-11 лет	Выход блюдов(г) 12 лет и старше	Энергет. ценность (ккал) 12 лет и старше
Завтрак				
Масло сливочное « Крестьянское» 72,5 %	10	75	10	75
Каша манная молочная жидкая	200/10/10	245,2	200/10/10	245,2
Яйца вареные	1 шт/40	51	1 шт/40	51
Чай с сахаром	200/15	55	200/15	55
Хлеб пшеничный	50	158	60	158
Хлеб ржаной	20	66	50	66
2 завтрак				
Пирожок печеный с картофелем	60/1 шт	446	60/1 шт	446
Какао с молоком	200	145,2	200	145,2
Обед				
Огурцы свежие	60	6,7	100	10,12
Суп картофельный с клецками	250	71,7	250	71,7
Рагу из птицы	100/200	492	120/220	495
Компот из плодов шиповника	200	120	200	120
Хлеб пшеничный	60	79	80	79
Хлеб ржаной	40	128	50	128
Полдник				
Яблоки свежие	155/1 шт	72,92	155/1 шт	72,92
Ужин				
Горошек зеленый консервированный	60	126,5	100	201
Котлеты из говядины с маслом сливочным	90/5	162	100/5	180
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	213	200/10	284
Сок фруктовый	196	85	196	85
Хлеб пшеничный	40	158	60	158
Хлеб ржаной	20	77	20	77
2 ужин				
Ряженка 2.5% жирности	150	84,6	170	102
Итого :	2615	3117,82	2917	3305,14