

для обучающихся начальной школы

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Горячий завтрак (бесплатное питание)						
Блинчики со сгущ.молоком	45/10		3,19	2,52	19,5	114
Биточки рыбные из фарша минтая, огурец соленый (доп. гарнир)	65/25		9,5	8,3	4,8	132
Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		3,28	4,66	22,03	146
Кисель из концентрата	200				13,10	53
Хлеб ржано-пшеничный	20		1	0,2	9	44
Хлеб пшеничный	15		1,14	0,12	7,38	35
Итого:		62,10	18,11	15,80	75,81	524

для обучающихся среднего и старшего звена

	Выход	Стоим.	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
Холодные закуски						
Плоды свежие (яблоки)	120		0,48	0,48	11,76	56
Вторые блюда						
Шашлычок из куриной грудки на шампуре с соусом Переменка	80/5		19,6	26,8	1,51	324,4
Рыба (филе) запеченная с сыром, соусом Переменка	70/5/5		17,5	10,6	2,7	175
Котлеты «Аппетитные» мясо- куриные	90		16,5	15,0	6,6	225
Гарниры						
Пюре картофельное	150		3,28	4,7	22,03	146
Напитки						
Чай черный пакетированный с сахаром	200/8				8	32
Хлеб ржано-пшеничный/хлеб пшеничный	20/15		2,14	0,3	16,38	79
Итого		73,00				

Директор
Калькулятор
Гимназия №50
Кировского района
Зав. производством

8(800)234-33-88

@depta.kzn

