

ООО "Лаверна"

телефон 89114277702

СОГЛАСОВАНО

Директор школы



Меню

горячего питания для учащихся образовательных учреждений
в возрасте от 7 до 11 лет

программа

АСП

№рец	завтрак	выход		эн.ценн	белки	жиры	углеводы
204	макароны с сыром	200		334,4	13,5	15,9	34,1
379	кофейный напиток	200		155,2	3,6	2,67	29,2
таблица	фрукт	100		47	0,4	0,4	9,8
		500		536,6	17,5	18,97	73,1

	завтрак	выход		эн.ценн	белки	жиры	углеводы
224	запеканка твор. с соусом	170		324	14	12,5	28,3
376	чай с сахаром	200		61	0,12		15
	фрукт	130		61,1	0,52	0,52	12,7
		500		446,1	14,64	13,02	56

	завтрак	выход		эн.ценн	белки	жиры	углеводы
174	каша пшеничная молочная	200		260	6,1	11,2	33,5
376	чай с сахаром	200		61	0,12		15
3	бутерброд с сыром	50.		157	5,8	8,3	14,8
таблица	фрукт	100.		47	0,4	0,4	9,8
		550		525	12,42	19,9	73,1

	завтрак	выход		эн.ценн	белки	жиры	углеводы
190	пудинг маннй	200		405	10,4	11,5	64,8
табл	яблоко	100		47	0,4	0,4	9,8
376	чай с сахаром	200		61	0,12		15
		500		513	10,92	11,9	89,6

	завтрак	выход		эн.ценн	белки	жиры	углеводы
290/331	голень куриная	120		262,4	18,8	20,8	0,4
302	каша гречн рассыпч	150		262,5	8,3	8,96	37,4
376	чай с сахаром	200		61	0,12		15
	хлеб	30		69	1,7	0,3	14,8
		500		654,9	28,92	30,06	67,6

№репц	завтрак	выход	цена	эн.ценн	белки	жиры	углеводы
174	каша пшеничная молочна	200		260	6,1	11,2	33,5
376	чай с сахаром	200		61	0,12		15
3	бутерброд с сыром	50.		157	5,8	8,3	14,8
таблица	фрукт	100.		47	0,4	0,4	9,8
		550		525	12,42	19,9	73,1

№репц	завтрак	выход	цена	эн.ценн	белки	жиры	углеводы
224	запеканка рисов/творож	180		354	10,4	8,01	59,3
376	чай с сахаром	200		61	0,12		15
таблица	фрукт	120		56,4	0,48	0,48	11,8
		500		471,4	11	8,49	86,1

№репц	завтрак	выход	цена	эн.ценн	белки	жиры	углеводы
288/332	курица отварная в соусе	120		262	18,8	20,8	0,38
302	каша гречн рассыпч	150		262,5	8,3	8,96	37,4
376	чай с сахаром	200		61	0,12		15
	хлеб	30		69	1,7	0,33	14,8
		500		654,5	28,92	30,09	67,58

№репц	завтрак	выход	цена	эн.ценн	белки	жиры	углеводы
204	макароны с сыром	200		334,4	13,5	15,9	34,1
379	кофейный напиток	200		155,2	3,6	2,67	29,2
таблица	фрукт	100		47	0,4	0,4	9,8
		500		536,6	17,5	18,97	73,1

№ рец	завтрак	выход	цена	эн.ценн	белки	жиры	углеводы
174	каша пшеничная молочн	200		285	7,5	11,7	37,1
376	чай с сахаром	200		61	0,12		15
3	бутерброд с сыром	50.		157	5,8	8,3	14,8
таблица	фрукт	100		47	0,4	0,4	9,8
		550		550	13,82	20,4	76,7