

А. Сапотько

для обучающихся 5-11 классов (12 лет и старше) – 30 января

№ Рецептуры	Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	цена
	Наименование блюда						
			(г)				
		(г)	Б	Ж	У	(ккал)	
	ЗАВТРАК						
291	Плов из птицы	250	21,1	13,1	44,7	381,8	38,62
376	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	1,59
пром	Хлеб пшеничный	60	4,7	0,6	29	141	3,36
338	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	45,00	6,70
	Итого за завтрак	610	26,3	14,1	98,5	627,8	
	ОБЕД						
75	Икра свекольная	60	1	0	14,0	63,0	9,61
108	Суп картофельный с клецками	250	3,6	4,6	18,8	136,3	12,03
279	Тефтели	110	7	16,1	11,6	223	38,74
302	Каша рассычатая (гречневая)	200	11,5	8,1	51,5	325	14,88
пром	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94	3,36
пром	Хлеб ржаной	30	1,7	0,3	14,8	69	2,52
517	Кисель из концентрата	200	1,4	0	29	122	4,88
	Итого за обед	930	30,1	34,5	153,5	1055	

О.А. Сяпотько

для обучающихся 1-4 классов (7-11 лет) – 30 января

[illegible]



Завтрак



Обед