



приятного аппетита!



День 16



меню школьника

наименование блюд для 5–11 классов

Завтрак	выход, г	цена, руб.	ккал
Сыр	15	17,89	54,6
Яйцо варёное	40	16,00	62,8
Масло сливочное	10	13,70	66,09
Хлеб пшеничный	41,23	5,16	93,27
Каша молочная рисовая	200/5/5	26,56	64,14
Чай ягодный	200/11	6,60	48,63
Груша	135	24,09	61,18
итого завтрак	658,5	110,00	350,71

Обед	выход, г	цена, руб.	ккал
Салат из морской капусты, морк и	100	11,37	96,7
Суп овощной с курицей и сметаной	15/250/10	22,98	142,83
Поджарка из говядина	100	82,75	223,37
Картофель запечённый	180	17,85	247,48
Хлеб пшеничный	40,62	5,09	94,69
Хлеб ржано- пшеничный	40,33	4,44	81,05
Компот из кураги	200	8,80	78,69
Груша	100	17,72	56,44
итого обед	1053,9	171	1021,25

Калькулятор

Шеф.повар