



# меню школьника

## Наименование блюда Завтрак

	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Залежанка из творога с соусом ягодным 200/30	180	106,82	392,72	230	118,82	339,6
Чай с молоком 200/11	200	8,6	75,65	200	8,6	75,65
Батон	30	4,85	81,9	30	4,85	81,9
Яблоко	120	29,7	56,4	120	29,71	56,4
<b>итого завтрак</b>	<b>530</b>	<b>149,97</b>	<b>606,67</b>	<b>580</b>	<b>161,98</b>	<b>553,55</b>

## Обед

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Помидоры консервированные	100	23,22	16	100	23,22	16
Рассольник ленинградский (крупя перловая) с говядиной 250/10	210	30,59	135,89	260	33,78	163,37
Печень говяжья по -строгановски	90	55,35	227,8	100	59,21	250,6
Рис отварной	150	11,36	208,7	180	14,89	250,43
Сок фруктовый	200	30,75	92	200	30,75	92
Хлеб пшеничный	50	6,00	117,5	60	7,64	141
Хлеб ржано-пшеничный	20	2,37	39,6	30	3,5	59,4
<b>итого обед</b>	<b>820</b>	<b>159,64</b>	<b>837,49</b>	<b>930</b>	<b>172,99</b>	<b>972,8</b>

## Полдник

	выход, г	цена, руб.	ккал	выход, г	цена, руб.	ккал
Булка домашняя	50	26,39	157			
Чай с сахаром и лимоном 200/11	200	3,61	47,79			
Яблоко	120	29,88	56,4			
<b>итого полдник</b>	<b>370</b>	<b>59,88</b>	<b>261,19</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0</b>

## Итого за день ккал

1705

1526

Калькулятор Е.В.Поталович

Зав. Производством

