Утверждаю
ИП Зиновьев Б.А.

Согласовано
Директор школы

МЕНЮ

Понедельник - 1 (возраст 7 - 11 лет)

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	ЗАВТРАК		
1	**Сыр полутвердый (порциями)** \Белки - 3,48 г, Жиры - 4,43 г, Углеводы - 0,00 г. Энергетическая ценность 54,00 Ккал\	15	
2	**Каша вязкая молочная пшенная с маслом сливочным** \Белки - 6,45 г, Жиры - 7,25 г, Углеводы - 34,45 г. Энергетическая ценность 228,75 Ккал\	150/5	
3	**Кофейный напиток с молоком** \Белки - 2,85 г, Жиры - 2,41 г, Углеводы - 14,35 г. Энергетическая ценность 90,54 Ккал\	180	
4	**Хлеб пшеничный** \Белки - 2,37 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 14,49 г. Энергетическая ценность 70,14 Ккал\	30	
5	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
6	**Яблоко** \Белки - 0,60 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 14,70 г. Энергетическая ценность 70,50 Ккал\	150	
7			
8	**Итого**	550	
	Стоимость		54,00
	ОБЕД		
1	**Салат картофельный с морковью и зеленым горошком** \Белки - 1,64 г, Жиры - 4,23 г, Углеводы - 5,73 г. Энергетическая ценность 67,62 Ккал\	60	
2	**Суп крестьянский с крупой** \Белки - 1,18 г, Жиры - 3,93 г, Углеводы - 4,87 г. Энергетическая ценность 61,00 Ккал\	200	
3	**Фрикадельки, тушенные в соусе** \Белки - 16,05 г, Жиры - 13,81 г, Углеводы - 11,20 г. Энергетическая ценность 233,33 Ккал\	90/50	
4	**Макаронные изделия отварные** \Белки - 5,52 г, Жиры - 4,52 г, Углеводы - 26,45 г. Энергетическая ценность 168,45 Ккал\	150	
5	**Чай с сахаром** \Белки - 0,07 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 9,98 г. Энергетическая ценность 40,60 Ккал\	200/10	
6	**Хлеб пшеничный** \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\	40	
7	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
8	**Итого**	820	
9	**Кислота аскорбиновая**	35 мг	
	Стоимость		59,00

Повар: Егорова Е.Б

Утверждаю
ИП Зиновьев Б.А.

Согласовано
Директор школы

МЕНЮ

Понедельник - 1 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	**Сыр полутвердый (порциями)** \Белки - 3,48 г, Жиры - 4,43 г, Углеводы - 0,00 г. Энергетическая ценность 54,00 Ккал\	15	
2	**Каша вязкая молочная пшенная с маслом сливочным** \Белки - 8,55 г, Жиры - 8,30 г, Углеводы - 45,95 г. Энергетическая ценность 292,50 Ккал\	200/5	
3	**Кофейный напиток с молоком** \Белки - 2,85 г, Жиры - 2,41 г, Углеводы - 14,35 г. Энергетическая ценность 90,54 Ккал\	180	
4	**Хлеб пшеничный** \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\	40	
5	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
6	**Яблоко** \Белки - 0,60 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 14,70 г. Энергетическая ценность 70,50 Ккал\	150	
7			
8	**Итого**	610	
	Стоимость		58,00

ОБЕД

1	**Салат картофельный с морковью и зеленым горошком** \Белки - 2,73 г, Жиры - 7,06 г, Углеводы - 9,55 г. Энергетическая ценность 112,70 Ккал\	100	
2	**Суп крестьянский с крупой** \Белки - 1,78 г, Жиры - 5,03 г, Углеводы - 12,70 г. Энергетическая ценность 103,25 Ккал\	250	
3	**Фрикадельки, тушенные в соусе** \Белки - 17,20 г, Жиры - 14,80 г, Углеводы - 12,00 г. Энергетическая ценность 250,00 Ккал\	100/50	
4	**Макаронные изделия отварные** \Белки - 6,62 г, Жиры - 5,42 г, Углеводы - 31,73 г. Энергетическая ценность 202,14 Ккал\	180	
5	**Чай с сахаром** \Белки - 0,07 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 9,98 г. Энергетическая ценность 40,60 Ккал\	200/10	
6	**Хлеб пшеничный** \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\	40	
7	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\	40	
8	**Итого**	970	
9	**Кислота аскорбиновая**	35 мг	
	Стоимость		63,50

Повар: Егорова Е.Б

Утверждаю
ИП Зиновьев Б.А.

Согласовано
Директор школы

МЕНЮ

Вторник - 1 (возраст 7 - 11 лет)

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
ЗАВТРАК			
1	**Биточки рыбные** \Белки - 10,98 г, Жиры - 6,99 г, Углеводы - 13,22 г. Энергетическая ценность 160,20 Ккал\	90	
2	**Каша рассыпчатая рисовая** \Белки - 3,60 г, Жиры - 4,33 г, Углеводы - 37,53 г. Энергетическая ценность 203,55 Ккал\	150	
3	**Чай с лимоном** \Белки - 0,13 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 10,18 г. Энергетическая ценность 41,90 Ккал\	200/10/7	
4	**Хлеб пшеничный** \Белки - 2,37 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 14,49 г. Энергетическая ценность 70,14 Ккал\	30	
5	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
6			
7			
8	**Итого**	507	
	Стоимость		54,00
ОБЕД			
1	**Салат из моркови с сахаром** \Белки - 0,74 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 6,89 г. Энергетическая ценность 49,02 Ккал\	60	
2	**Борщ с капустой и картофелем** \Белки - 1,44 г, Жиры - 3,93 г, Углеводы - 8,74 г. Энергетическая ценность 83,00 Ккал\	200	
3	**Котлеты рубленые из птицы (индейка)** \Белки - 15,03 г, Жиры - 17,43 г, Углеводы - 14,81 г. Энергетическая ценность 277,20 Ккал\	90	
4	**Картофельное пюре** \Белки - 3,06 г, Жиры - 4,80 г, Углеводы - 20,44 г. Энергетическая ценность 137,25 Ккал\	150	
5	**Сок абрикосовый** \Белки - 0,90 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 22,86 г. Энергетическая ценность 95,04 Ккал\	180	
6	**Хлеб пшеничный** \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\	40	
7	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
8	**Итого**	740	
9	**Кислота аскорбиновая**	35 мг	
	Стоимость		59,00

Повар: Фил. Егорова Е.Б

Утверждаю
ИП Зиновьев Б.А.

Согласовано
Директор школы

МЕНЮ

Вторник - 1 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	**Биточки рыбные** \Белки - 12,20 г, Жиры - 7,77 г, Углеводы - 14,69 г. Энергетическая ценность 178,00 Ккал\	100	
2	**Каша рассыпчатая рисовая** \Белки - 4,33 г, Жиры - 5,19 г, Углеводы - 45,04 г. Энергетическая ценность 244,26 Ккал\	180	
3	**Чай с лимоном** \Белки - 0,13 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 10,18 г. Энергетическая ценность 41,90 Ккал\	200/10/7	
4	**Хлеб пшеничный** \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\	40	
5	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
6			
7			
8	**Итого**	557	
	Стоимость		58,00

ОБЕД

1	**Салат из моркови с сахаром** \Белки - 1,30 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 14,60 г. Энергетическая ценность 65,00 Ккал\	100	
2	**Борщ с капустой и картофелем** \Белки - 1,80 г, Жиры - 4,92 г, Углеводы - 10,93 г. Энергетическая ценность 103,75 Ккал\	250	
3	**Котлеты рубленые из птицы (индейка)** \Белки - 16,70 г, Жиры - 19,37 г, Углеводы - 16,45 г. Энергетическая ценность 308,00 Ккал\	100	
4	**Картофельное пюре** \Белки - 3,68 г, Жиры - 5,76 г, Углеводы - 24,53 г. Энергетическая ценность 164,70 Ккал\	180	
5	**Сок абрикосовый** \Белки - 0,90 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 22,86 г. Энергетическая ценность 95,04 Ккал\	180	
6	**Хлеб пшеничный** \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\	40	
7	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\	40	
8	**Итого**	890	
9	**Кислота аскорбиновая**	35 мг	
	Стоимость		63,50

Повар: Баранова Е.Б

МЕНЮ

Утверждаю
ИП Зиновьев Б.А.

Согласовано
Директор школы

Среда - 1 (возраст 7 - 11 лет)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	**Мясо-крупяные шарики** \Белки - 13,73 г, Жиры - 18,06 г, Углеводы - 14,39 г. Энергетическая ценность 274,29 Ккал\	90	
2	**Каша рассыпчатая гречневая** \Белки - 8,60 г, Жиры - 6,09 г, Углеводы - 38,64 г. Энергетическая ценность 243,75 Ккал\	150	
3	**Чай с сахаром** \Белки - 0,07 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 9,98 г. Энергетическая ценность 40,60 Ккал\	200/10	
4	**Хлеб пшеничный** \Белки - 2,37 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 14,49 г. Энергетическая ценность 70,14 Ккал\	30	
5	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
6			
7			
8	**Итого**	500	
	Стоимость		54,00

ОБЕД

1	**Салат картофельный с огурцами** \Белки - 0,79 г, Жиры - 4,71 г, Углеводы - 5,67 г. Энергетическая ценность 68,22 Ккал\	60	
2	**Суп с макаронными изделиями и картофелем** \Белки - 2,05 г, Жиры - 2,22 г, Углеводы - 12,55 г. Энергетическая ценность 87,20 Ккал\	200	
3	**Гуляш** \Белки - 9,75 г, Жиры - 12,38 г, Углеводы - 3,75 г. Энергетическая ценность 150,93 Ккал\	90	
4	**Капуста тушеная** \Белки - 3,09 г, Жиры - 4,85 г, Углеводы - 14,14 г. Энергетическая ценность 112,65 Ккал\	150	
5	**Компот из смеси сухофруктов** \Белки - 0,59 г, Жиры - 0,08 г, Углеводы - 28,92 г. Энергетическая ценность 119,52 Ккал\	180	
6	**Хлеб пшеничный** \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\	40	
7	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
8	**Итого**	740	
9	**Кислота аскорбиновая**	35 мг	
	Стоимость		59,00

Повар: Егорова Е.Б

Утверждаю
ИП Зиновьев Б.А.

Согласовано
Директор школы

МЕНЮ

Среда - 1 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	**Мясо-крупяные шарики** \Белки - 15,25 г, Жиры - 20,06 г, Углеводы - 15,98 г. Энергетическая ценность 304,76 Ккал\	100	
2	**Каша рассыпчатая гречневая** \Белки - 10,32 г, Жиры - 7,31 г, Углеводы - 46,37 г. Энергетическая ценность 292,50 Ккал\	180	
3	**Чай с сахаром** \Белки - 0,07 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 9,98 г. Энергетическая ценность 40,60 Ккал\	200/10	
4	**Хлеб пшеничный** \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\	40	
5	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
6			
7			
8	**Итого**	550	
	Стоимость		58,00

ОБЕД

1	**Салат картофельный с огурцами** \Белки - 1,32 г, Жиры - 7,84 г, Углеводы - 9,45 г. Энергетическая ценность 113,70 Ккал\	100	
2	**Суп с макаронными изделиями и картофелем** \Белки - 2,57 г, Жиры - 2,78 г, Углеводы - 15,69 г. Энергетическая ценность 109,00 Ккал\	250	
3	**Гуляш** \Белки - 10,83 г, Жиры - 13,76 г, Углеводы - 4,17 г. Энергетическая ценность 167,71 Ккал\	100	
4	**Капуста тушеная** \Белки - 3,72 г, Жиры - 5,83 г, Углеводы - 16,97 г. Энергетическая ценность 135,18 Ккал\	180	
5	**Компот из свежих яблок** \Белки - 0,14 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 25,09 г. Энергетическая ценность 103,14 Ккал\	180	
6	**Хлеб пшеничный** \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\	40	
7	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\	40	
8	**Итого**	890	
9	**Кислота аскорбиновая**	35 мг	
	Стоимость		63,50

Повар: Егорова Е.Б.

МЕНЮ

Утверждаю
ИП Зиновьев Б.А.

Согласовано
Директор школы

Четверг - 1 (возраст 7 - 11 лет)

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	ЗАВТРАК		
1	**Оладьи с джемом** \Белки - 11,63 г, Жиры - 11,48 г, Углеводы - 72,29 г. Энергетическая ценность 439,00 Ккал\	150/15	
2	**Какао с молоком** \Белки - 4,08 г, Жиры - 3,54 г, Углеводы - 17,58 г. Энергетическая ценность 118,60 Ккал\	200	
3	**Йогурт** \Белки - 7,50 г, Жиры - 4,80 г, Углеводы - 5,25 г. Энергетическая ценность 102,00 Ккал\	150	
4			
5			
6			
7			
8	**Итого**	515	
	Стоимость		54,00
	ОБЕД		
1	**Салат "Степной"** \Белки - 0,90 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 5,29 г. Энергетическая ценность 43,00 Ккал\	60	
2	**Щи из свежей капусты с картофелем** \Белки - 1,41 г, Жиры - 3,96 г, Углеводы - 6,32 г. Энергетическая ценность 71,80 Ккал\	200	
3	**Тефтели** \Белки - 16,18 г, Жиры - 26,17 г, Углеводы - 17,07 г. Энергетическая ценность 351,09 Ккал\	90/50	
4	**Пюре из гороха** \Белки - 13,16 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - 33,83 г. Энергетическая ценность 231,65 Ккал\	150	
5	**Чай с сахаром** \Белки - 0,07 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 9,98 г. Энергетическая ценность 40,60 Ккал\	200/10	
6	**Хлеб пшеничный** \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\	40	
7	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
8	**Итого**	820	
9	**Кислота аскорбиновая**	35 мг	
	Стоимость		59,00

Повар: Егорова Е.Б

Утверждаю
ИП Зиновьев Б.А.

Согласовано
Директор школы

МЕНЮ

Четверг - 1 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	**Оладьи с джемом** \Белки - 15,51 г, Жиры - 15,31 г, Углеводы - 96,37 г. Энергетическая ценность 586,00 Ккал\	200/20	
2	**Какао с молоком** \Белки - 3,67 г, Жиры - 3,18 г, Углеводы - 15,82 г. Энергетическая ценность 106,74 Ккал\	180	
3	**Йогурт** \Белки - 7,50 г, Жиры - 4,80 г, Углеводы - 5,25 г. Энергетическая ценность 102,00 Ккал\	150	
4			
5			
6			
7			
8	**Итого**	550	
	Стоимость		58,00

ОБЕД

1	**Салат "Степной"** \Белки - 1,50 г, Жиры - 5,10 г, Углеводы - 8,83 г. Энергетическая ценность 71,67 Ккал\	100	
2	**Щи из свежей капусты с картофелем** \Белки - 1,77 г, Жиры - 4,95 г, Углеводы - 7,90 г. Энергетическая ценность 89,75 Ккал\	250	
3	**Тефтели** \Белки - 17,88 г, Жиры - 28,80 г, Углеводы - 18,58 г. Энергетическая ценность 385,65 Ккал\	100/50	
4	**Пюре из гороха** \Белки - 15,89 г, Жиры - 6,00 г, Углеводы - 40,83 г. Энергетическая ценность 279,35 Ккал\	180	
5	**Компот из изюма** \Белки - 0,31 г, Жиры - 0,06 г, Углеводы - 26,86 г. Энергетическая ценность 109,98 Ккал\	180	
6	**Хлеб пшеничный** \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\	40	
7	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\	40	
8	**Итого**	940	
9	**Кислота аскорбиновая**	35 мг	
	Стоимость		63,50

Повар: Ефимова Е.Б

МЕНЮ

Утверждаю
ИП Зиновьев Б.А.

Согласовано
Директор школы

Пятница - 1 (возраст 7 - 11 лет)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	**Салат из белокочанной капусты с яблоками** \Белки - 0,07 г, Жиры - 3,06 г, Углеводы - 6,70 г. Энергетическая ценность 54,06 Ккал\	60	
2	**Плов из индейки** \Белки - 17,73 г, Жиры - 14,94 г, Углеводы - 36,32 г. Энергетическая ценность 350,74 Ккал\	240	
3	**Чай с лимоном** \Белки - 0,13 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 10,18 г. Энергетическая ценность 41,90 Ккал\	200/10/7	
4	**Хлеб пшеничный** \Белки - 2,37 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 14,49 г. Энергетическая ценность 70,14 Ккал\	30	
5	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
6			
7			
8	**Итого**	567	
	Стоимость		54,00

ОБЕД

1	**Винегрет** \Белки - 0,84 г, Жиры - 6,02 г, Углеводы - 4,37 г. Энергетическая ценность 75,06 Ккал\	60	
2	**Суп картофельный с крупой** \Белки - 1,57 г, Жиры - 2,17 г, Углеводы - 9,69 г. Энергетическая ценность 68,60 Ккал\	200	
3	**Птица, тушенная в соусе с овощами** \Белки - 22,88 г, Жиры - 21,12 г, Углеводы - 30,24 г. Энергетическая ценность 403,20 Ккал\	240	
4	**Кисель** \Белки - 0,18 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 27,81 г. Энергетическая ценность 101,79 Ккал\	180	
5	**Хлеб пшеничный** \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\	40	
6	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
7			
8	**Итого**	740	
9	**Кислота аскорбиновая**	35 мг	
	Стоимость		59,00

Повар: Шеф- Егорова Е.Б

Утверждаю
ИП Зиновьев Б.А.

Согласовано
Директор школы

МЕНЮ

Пятница - 1 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	**Плов из индейки** \Белки - 20,69 г, Жиры - 17,43 г, Углеводы - 42,37 г. Энергетическая ценность 409,20 Ккал\	280	
2	**Чай с лимоном** \Белки - 0,13 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 10,18 г. Энергетическая ценность 41,90 Ккал\	200/10/7	
3	**Хлеб пшеничный** \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\	40	
4	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
5			
6			
7			
8	**Итого**	557	
	Стоимость		58,00

ОБЕД

1	**Винегрет** \Белки - 1,40 г, Жиры - 10,04 г, Углеводы - 7,29 г. Энергетическая ценность 125,10 Ккал\	100	
2	**Суп картофельный с крупой** \Белки - 1,97 г, Жиры - 2,71 г, Углеводы - 12,11 г. Энергетическая ценность 85,75 Ккал\	250	
3	**Птица, тушенная в соусе с овощами** \Белки - 26,70 г, Жиры - 24,64 г, Углеводы - 35,28 г. Энергетическая ценность 470,40 Ккал\	280	
4	**Кисель** \Белки - 0,18 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 27,81 г. Энергетическая ценность 101,79 Ккал\	180	
5	**Хлеб пшеничный** \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,32 г. Энергетическая ценность 93,52 Ккал\	40	
6	**Хлеб ржано-пшеничный** \Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\	40	
7			
8	**Итого**	890	
9	**Кислота аскорбиновая**	35 мг	
	Стоимость		63,50

Повар: Ефимова Е.Б.