

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !

7-11 ЛЕТ

выход	НАИМЕНОВАНИЕ	№рец /сб год	Ккал	белки	жиры	углев
	ЗАВТРАК 70=74					
210	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	Таб№8/1983	218	7,8	7,8	28,9
20/15	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	№3/1983	99	5,1	4,74	8,4
200	ЧАЙ С МОЛОКОМ	№1011/1983	85	1,4	1,6	17,3
20	ХЛЕБ ОКСКИЙ		38	1,3	0,22	8,02
120	ФРУКТ(БАНАН)	№912/1983	110	0,24		28,8

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !

7-11 ЛЕТ

выход	НАИМЕНОВАНИЕ	№рец /сб год	Ккал	белки	жиры	углев
	ЗАВТРАК 70=74					
100	ЙОГУРТ		67	1,4	1,25	7,25
115	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С КОЛБАСОЙ	№472/1983	169	12,01	14,18	1,794
200	ЧАЙ С САХАРОМ	№1009/1983	58	0,2		15
20	ХЛЕБ ОКСКИЙ		38	1,3	0,22	8,02

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !

7-11 ЛЕТ

выход	НАИМЕНОВАНИЕ	№рец /сб год	Ккал	белки	жиры	углев
	ЗАВТРАК 70=74					
100/20	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СГУЩ МОЛ	№497/1983	241	14,75	10,09	15,52
200/7	ЧАЙ С САХАРОМ	№1010/1983	58	0,2		15
20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		42	1,6	0,24	8,4

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !

7-11 ЛЕТ

выход	НАИМЕНОВАНИЕ	№рец /сб год	Ккал	белки	жиры	углев
	ЗАВТРАК 70=74					
30/20	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	№2/1983	111	2,5	0,4	25,6
210	КАША « ДРУЖБА» МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	Таб№8/1983	340	10,3	4,7	37,10
200	НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ С МОЛОКОМ	№1024/1983	122	1,4	1,6	27,7
20	ХЛЕБ ОКСКИЙ		80	2,9	0,44	16,4
150	ФРУКТ(ЯБЛОКО)	№912/1983	78	0,6		13,5

7-11 ЛЕТ

выход	НАИМЕНОВАНИЕ	№рец /сб год	Ккал	белки	жиры	углев
	ЗАВТРАК 70=74					
100/20	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ МОЛОКОМ	№499/1983	246	9,28	10,34	35,27
200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	№1025/1983	63	0,26	0,06	15,22
20	ХЛЕБ ОКСКИЙ		80	2,9	0,44	16,4

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !

7-11 ЛЕТ

выход	НАИМЕНОВАНИЕ	№рец /сб год	Ккал	белки	жиры	углев
	ЗАВТРАК 70=74					
210	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	Таб№8/1983	160	5,5	15,13	8,6
100	ЙОГУРТ	№1009/1983	67	1,4	1,25	7,25
200	ЧАЙ С МОЛОКОМ	№1011/1983	58	0,2	0,06	15,00
20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		42	1,6	0,24	8,4
100	ФРУКТ(БАНАН)	№915/1983	92	0,2		24

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !

7-11 ЛЕТ

выход	НАИМЕНОВАНИЕ	№рец /сб год	Ккал	белки	жиры	углев
	ЗАВТРАК 70=74					
170	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	№444/1983	247	9,66	10,28	27,33
200	КАКАО С МОЛОКОМ	№1025/1983	148	3,8	3,9	24,8
130	ФРУКТ(АПЕЛЬСИН)	№915/1983	60	0,52		14,73
20/20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ\ХЛЕБ ОКСКИЙ		80	2,9	0,44	16,4

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !

7-11 ЛЕТ

выход	НАИМЕНОВАНИЕ	№рец /сб год	Ккал	белки	жиры	углев
	ЗАВТРАК 70=47					
210	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	Таб№8/1983	246	6,13	8,6	31,9
50/10	СЫРНИК ТВОРОЖНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	№492/1983	119	8,86	6,07	5,60
200	ЧАЙ С МОЛОКОМ	№1011/1983	85	1,4	1,6	17,3
20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		42	1,6	0,24	8,4

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !

7-11 ЛЕТ

выход	НАИМЕНОВАНИЕ	№рец /сб год	Ккал	белки	жиры	углев
	ЗАВТРАК 70=74					
20/10	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	№1/1983	146	3,03	7,64	16,51
210	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	Таб№8/1983	234	5,9	10	26,29
200/7	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	№1010/1983	63	0,26	0,06	15,22
150	ФРУКТ(БАНАН)	№912/1983	137	2,51		49,8
30	ХЛЕБ ОКСКИЙ		57	1,95	0,33	12,03

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !

7-11 ЛЕТ

выход	НАИМЕНОВАНИЕ	№рец /сб год	Ккал	белки	жиры	углев
	ЗАВТРАК 70=74					
120	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СЫРОМ	№471/1983	244	12,72	11,12	2,78
200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	№1024/1983	122	1,4	1,6	27,7
20/25	ХЛЕБ ОКСКИЙ\ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		90	3,26	0,50	18,45

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !

7-11 ЛЕТ

выход	НАИМЕНОВАНИЕ	№рец /сб год	Ккал	белки	жиры	углев
	ЗАВТРАК 70=74					
20/15	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	№3/1983	117	5,9	4,9	12,6
50/50	СОСИСКА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	№572/1983	122	6,15	6,3	0,03
150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	№759/1983	144	3,25	4,8	19,6
200	ЧАЙ С САХАРОМ	№1009/1983	58	0,2		15
20	ХЛЕБ ОКСКИЙ		38	1,3	0,22	8,02

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !

7-11 ЛЕТ

выход	НАИМЕНОВАНИЕ	№рец /сб год	Ккал	белки	жиры	углев
	ЗАВТРАК 70=74					
100/20	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ МОЛ	№499/1983	246	9,28	10,34	35,27
200	ЧАЙ С САХАРОМ	№1009/1983	58	0,2		15
20/20	ХЛЕБ ОКСКИЙ\ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		80	2,9	0,44	16,4

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !

7-11 ЛЕТ

выход	НАИМЕНОВАНИЕ	№рец /сб год	Ккал	белки	жиры	углев
	ЗАВТРАК 70=74					
210	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	Таб№8/1983	222	7,03	18,1	32,6
100/20	ОЛАДЬИ СО СГУЩЕН МОЛОКОМ	№1085/1084 /1983	227	8,48	4	42
200/7	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	№1010/1983	62	0,3		15,2
100	ФРУКТ	№912/1983	138	0,3		36,4
20/20	ХЛЕБ ОКСКИЙ\ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		80	2,9	0,44	16,4

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА !

7-11 ЛЕТ

выход	НАИМЕНОВАНИЕ	№рец /сб год	Ккал	белки	жиры	углев
	ЗАВТРАК 70=74					
30	ОГУРЕЦ СВ ПОРЦИОННО		5	0,21		1,08
50/50	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	№668/824/1 983	162	9,42	7,87	12,61
120	ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ	№405/1983	195	7,12	1,84	35,92
200	ЧАЙ С САХАРОМ	№1009/1983	58	0,2		15
20/20	ХЛЕБ ОКСКИЙ\ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		80	2,9	0,44	16,4

БУХГАЛТЕР

КАРККОНЕН О В