

**(Школа начальное звено 7-11 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
90	<b>Котлета мясная</b> <i>говядина задняя часть б/к, мясо свинины б/к, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	кКал-285, Бел-12, Жир-23, Угл-8
150	<b>Каша гречневая со сливочным маслом</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-233, Бел-9, Жир-5, Угл-39
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>молоко, сахар песок, напиток кофейный</i>	кКал-121, Бел-3, Жир-3, Угл-21
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b> <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26
130	<b>Фрукты свежие (мандарины)</b> <i>абрикосы, яблоки, апельсины, виноград, груша, киви, мандарины, бананы, персик сушеный</i>	кКал-61, Бел-1, Угл-13
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-832, Бел-28, Жир-33, Угл-107
<b>Итого за день</b>		кКал-832, Бел-28, Жир-33, Угл-107

**(Начальное звено платное 7-11 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Обед</u></b>		
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом</b> <i>картофель, куры (охлажд.), макаронные изделия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное</i>	кКал-125, Бел-3, Жир-3, Угл-17
180	<b>Запеканка картофельная с мясом индейки</b> <i>картофель, филе индейки охл., лук репчатый, масло сливочное, масло подсолнечное, сухари панировочные</i>	кКал-243, Бел-16, Жир-10, Угл-22
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-79, Угл-20
50	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b> <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26
30	<b>Огурцы консервированные без уксуса порц.</b>	кКал-4, Угл-1
<b>Итого за Обед</b>		кКал-695, Бел-27, Жир-15, Угл-109
<b>Итого за день</b>		кКал-695, Бел-27, Жир-15, Угл-109

**Школа младшие школьники (льготное) 7-11 лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
150	<b>Каша гречневая со сливочным маслом</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-233, Бел-9, Жир-5, Угл-39
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>молоко, сахар песок, напиток кофейный</i>	кКал-121, Бел-3, Жир-3, Угл-21
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b> <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26
147	<b>Фрукты свежие (мандарины)</b> <i>абрикосы, яблоки, апельсины, виноград, груша, киви, мандарины, бананы, персик сушеный</i>	кКал-69, Бел-1, Угл-15
100	<b>Котлета мясная</b> <i>говядина задняя часть б/к, мясо свинины б/к, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	кКал-198, Бел-14, Жир-12, Угл-9
50	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-865, Бел-34, Жир-22, Угл-133
<b><u>Обед</u></b>		
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом</b> <i>картофель, кури (охлажд.), макаронные изделия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное</i>	кКал-125, Бел-3, Жир-3, Угл-17
180	<b>Запеканка картофельная с мясом индейки</b> <i>картофель, филе индейки охл., лук репчатый, масло сливочное, масло подсолнечное, сухари панировочные</i>	кКал-243, Бел-16, Жир-10, Угл-22
40	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-90, Бел-3, Угл-18
40	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b> <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-106, Бел-3, Жир-1, Угл-21
60	<b>Овощи свежие (огурцы) порционно</b>	кКал-8, Угл-2
200	<b>Напиток "Снежок" 2,5 %</b>	кКал-126, Бел-10, Жир-6, Угл-7
160	<b>Фрукты свежие (яблоко)</b> <i>абрикосы, яблоки</i>	кКал-75, Бел-1, Жир-1, Угл-16
<b>Итого за Обед</b>		кКал-773, Бел-36, Жир-21, Угл-102
<b>Итого за день</b>		кКал-1 638, Бел-70, Жир-44, Угл-235

**Школа старшие школьники (платное) 12-18 лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

**Завтрак 1**

170	<b>Каша гречневая со сливочным маслом</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-264, Бел-10, Жир-6, Угл-44
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>молоко, сахар песок, напиток кофейный</i>	кКал-121, Бел-3, Жир-3, Угл-21
90	<b>Котлета мясная</b> <i>говядина задняя часть б/к, мясо свинины б/к, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	кКал-178, Бел-13, Жир-10, Угл-8
30	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-67, Бел-2, Угл-14

**Итого за Завтрак 1** кКал-630, Бел-28, Жир-20, Угл-87**Обед**

250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом</b> <i>картофель, кури (охлажд.), макаронные изделия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное</i>	кКал-156, Бел-4, Жир-3, Угл-21
180	<b>Запеканка картофельная с мясом индейки</b> <i>картофель, филе индейки охл., лук репчатый, масло сливочное, масло подсолнечное, сухари панировочные</i>	кКал-243, Бел-16, Жир-10, Угл-22
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-79, Угл-20
50	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b> <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26
30	<b>Огурцы консервированные без уксуса порц.</b>	кКал-4, Угл-1

**Итого за Обед** кКал-726, Бел-28, Жир-15, Угл-113**Итого за день** кКал-1 357, Бел-55, Жир-35, Угл-200

**Школа старшие школьники (льготное) 12-18 лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
180	<b>Каша гречневая со сливочным маслом</b> <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-280, Бел-10, Жир-6, Угл-46
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b> <i>молоко, сахар песок, напиток кофейный</i>	кКал-121, Бел-3, Жир-3, Угл-21
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b> <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26
100	<b>Котлета мясная</b> <i>говядина задняя часть б/к, мясо свинины б/к, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	кКал-198, Бел-14, Жир-12, Угл-9
50	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23
50	<b>Огурцы консервированные без уксуса порц.</b>	кКал-7, Угл-1
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-849, Бел-35, Жир-23, Угл-126
<b><u>Обед</u></b>		
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом</b> <i>картофель, куры (охлажд.), макаронные изделия, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное</i>	кКал-156, Бел-4, Жир-3, Угл-21
200	<b>Запеканка картофельная с мясом индейки</b> <i>картофель, филе индейки охл., лук репчатый, масло сливочное, масло подсолнечное, сухари панировочные</i>	кКал-270, Бел-17, Жир-11, Угл-24
50	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23
50	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b> <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-132, Бел-4, Жир-1, Угл-26
200	<b>Напиток "Снежок" 2,5 %</b>	кКал-126, Бел-10, Жир-6, Угл-7
100	<b>Икра морковная</b> <i>морковь, лук репчатый, паста томатная "кухмистер", масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная</i>	кКал-121, Бел-2, Жир-8, Угл-10
157	<b>Фрукты свежие (мандарины)</b> <i>абрикосы, яблоки, апельсины, виноград, груша, киви, мандарины, бананы, персик сушеный</i>	кКал-74, Бел-1, Угл-16
<b>Итого за Обед</b>		кКал-991, Бел-41, Жир-32, Угл-128
<b>Итого за день</b>		кКал-1 841, Бел-77, Жир-54, Угл-254

**(Питание за счет бюджета 12-18 лет)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
78	<b>Сырная палочка</b> <i>тесто дрожжевое сдобное 1, сыр п-твердый в асорт, яйцо, масло подсолнечное</i>	кКал-400, Бел-9, Жир-26, Угл-33
200	<b>Какао "Несквик" на молоке</b> <i>молоко, какао несквик</i>	кКал-89, Бел-6, Жир-5, Угл-5
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-489, Бел-14, Жир-30, Угл-39
<b>Итого за день</b>		кКал-489, Бел-14, Жир-30, Угл-39