

**(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>		
180	<b>Пудинг из творога с рисом и со сгущенным молоком</b>	кКал-372, Бел-25, Жир-19, Угл-26
	<i>творог, молоко сгущенное, крупа рис, сахар песок, сухари панировочные, яйцо, масло сливочное, сметана</i>	
200	<b>Какао "Несвик" на молоке</b>	кКал-95, Бел-6, Жир-5, Угл-6
	<i>молоко, какао несвик</i>	
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	кКал-67, Бел-2, Угл-14
	<i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-534, Бел-33, Жир-24, Угл-45
<b>Итого за день</b>		кКал-534, Бел-33, Жир-24, Угл-45

**(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>		
30	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> <i>свекла, масло подсолнечное, соль йодированная, чеснок</i>	кКал-33, Жир-2, Угл-2
200	<b>Суп картофельный с рисовой крупой</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рис, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-97, Бел-2, Жир-2, Угл-17
80	<b>Биточки из филе индейки</b> <i>филе бедра индейки заморож., молоко, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, соль йодированная, масло сливочное, масло подсолнечное</i>	кКал-107, Бел-11, Жир-3, Угл-8
150	<b>Капуста тушеная с маслом сливочным</b> <i>капуста, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар песок, томатная паста в ассортименте, соль йодированная, мука в/с</i>	кКал-113, Бел-4, Жир-4, Угл-15
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-107, Бел-1, Угл-26
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
<b>Итого за Обед</b>		кКал-653, Бел-24, Жир-14, Угл-108
<b>Итого за день</b>		кКал-653, Бел-24, Жир-14, Угл-108

**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>		
190	<b>Пудинг из творога с рисом и со сгущенным молоком</b> <i>творог, молоко сгущенное, крупа рис, сахар песок, сухари панировочные, яйцо, масло сливочное, сметана</i>	кКал-392, Бел-27, Жир-20, Угл-27
200	<b>Какао "Несквик" на молоке</b> <i>молоко, какао несквик</i>	кКал-95, Бел-6, Жир-5, Угл-6
30	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-67, Бел-2, Угл-14
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b> <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-79, Бел-2, Жир-1, Угл-16
195	<b>Фрукты свежие (апельсин)</b> <i>абрикосы, яблоки, апельсины, виноград, груша, киви, мандарины, бананы, персик сушеный</i>	кКал-84, Бел-2, Угл-16
<b>Итого за Завтрак 1</b>		
<b><u>Обед</u></b>		
60	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> <i>свекла, масло подсолнечное, соль йодированная, чеснок</i>	кКал-67, Бел-1, Жир-5, Угл-5
100	<b>Биточки из филе индейки</b> <i>филе бедра индейки заморож., молоко, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, соль йодированная, масло сливочное, масло подсолнечное</i>	кКал-133, Бел-14, Жир-4, Угл-10
150	<b>Капуста тушеная с маслом сливочным</b> <i>капуста, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар песок, томатная паста в ассорт., соль йодированная, мука в/с</i>	кКал-113, Бел-4, Жир-4, Угл-15
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-107, Бел-1, Угл-26
30	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-67, Бел-2, Угл-14
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный "Жито"</b> <i>мука в/с, ржаная мука, обдирная, масло подсолнечное, сахар песок, соль йодированная, дрожжи хлебопекарные</i>	кКал-79, Бел-2, Жир-1, Угл-16
200	<b>Суп картофельный с рисовой крупой и мясом</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рис, говядина задняя часть б/к, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-111, Бел-4, Жир-3, Угл-17
<b>Итого за Обед</b>		
<b>Итого за день</b>		

кКал-677, Бел-28, Жир-17, Угл-103

кКал-1 395, Бел-66, Жир-44, Угл-181

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
50	<b>Хлеб пшеничный</b> <i>мука в/с, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная, масло подсолнечное</i>	кКал-112, Бел-4, Жир-1, Угл-23
215	<b>Макаронные изделия отварные с сыром</b> <i>макаронные изделия, сыр п-твердый в асорт, масло сливочное, соль йодированная</i>	кКал-315, Бел-13, Жир-11, Угл-41
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар песок, чай черный</i>	кКал-63, Угл-16
100	<b>Колбасные изделия, запеченные в тесте</b> <i>сосиски молочные, тесто дрожжевое простое, яйцо, масло подсолнечное</i>	кКал-187, Бел-7, Жир-14
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-677, Бел-23, Жир-26, Угл-80
<b><u>Обед</u></b>		
50	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> <i>свекла, масло подсолнечное, соль йодированная, чеснок</i>	кКал-56, Бел-1, Жир-4, Угл-4
200	<b>Суп картофельный с рисовой крупой</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рис, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-97, Бел-2, Жир-2, Угл-17
90	<b>Биточки из филе индейки</b> <i>филе бедра индейки заморож., молоко, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, соль йодированная, масло сливочное, масло подсолнечное</i>	кКал-120, Бел-12, Жир-4, Угл-9
150	<b>Капуста тушеная с маслом сливочным</b> <i>капуста, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар песок, томатная паста в асорт., соль йодированная, мука в/с</i>	кКал-113, Бел-4, Жир-4, Угл-15
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-107, Бел-1, Угл-26
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
<b>Итого за Обед</b>		кКал-737, Бел-27, Жир-16, Угл-121
<b>Итого за день</b>		кКал-1 414, Бел-51, Жир-42, Угл-201

**Ткола старшие школьники (льготное) 12-18 ле**

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак 1</u></b>		
200	<b>Пудинг из творога с рисом и со сгущенным молоком</b> <i>творог, молоко сгущённое, крупа рис, сахар песок, сухари панировочные, яйцо, масло сливочное, сметана</i>	кКал-413, Бел-28, Жир-21, Угл-28
200	<b>Какао "Несквик" на молоке</b> <i>молоко, какао несквик</i>	кКал-95, Бел-6, Жир-5, Угл-6
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
138	<b>Фрукты свежие (яблоко)</b> <i>абрикосы, яблоки</i>	кКал-65, Бел-1, Жир-1, Угл-14
<b>Итого за Завтрак 1</b> кКал-768, Бел-40, Жир-28, Угл-87		
<b><u>Обед</u></b>		
100	<b>Салат из свеклы с растительным маслом</b> <i>свекла, масло подсолнечное, соль йодированная, чеснок</i>	кКал-111, Бел-1, Жир-8, Угл-8
100	<b>Биточки из филе индейки</b> <i>филе бедра индейки заморож., молоко, хлеб пшеничный, лук репчатый, сухари панировочные, соль йодированная, масло сливочное, масло подсолнечное</i>	кКал-133, Бел-14, Жир-4, Угл-10
180	<b>Капуста тушеная с маслом сливочным</b> <i>капуста, лук репчатый, масло сливочное, морковь, сахар песок, томатная паста в ассорт., соль йодированная, мука в/с</i>	кКал-136, Бел-4, Жир-5, Угл-19
200	<b>Компот из кураги</b> <i>курага б/к, сахар песок, кислота аскорбиновая</i>	кКал-107, Бел-1, Угл-26
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
250	<b>Суп картофельный с рисовой крупой и мясом</b> <i>картофель, морковь, лук репчатый, крупа рис, говядина задняя часть б/к, масло подсолнечное, соль йодированная, укроп зелень</i>	кКал-138, Бел-5, Жир-4, Угл-21
<b>Итого за Обед</b> кКал-821, Бел-31, Жир-23, Угл-124		
<b>Итого за день</b> кКал-1 589, Бел-72, Жир-51, Угл-211		

**(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>		
200	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар песок, чай черный</i>	кКал-63, Угл-16
100	<b>Бутерброд с колбасой полукопченной и сыром</b> <i>тесто дрожжевое простое, сыр п-твердый в асорт, колбаса полукопченая "талинская", яйцо, масло подсолнечное</i>	кКал-301, Бел-11, Жир-20, Угл-19
<b>Итого за Завтрак 1</b>		кКал-363, Бел-11, Жир-20, Угл-35
<b>Итого за день</b>		кКал-363, Бел-11, Жир-20, Угл-35